

imagina.

Programació tardor 2017

Centres Cítics de Reus



AJUNTAMENT DE REUS
Regidoria de Participació,
Ciutadania i Transparència





Un servei per a la ciutat!

La ciutat de Reus és coneguda per la seva *vitalitat i empenta*, que en molts àmbits és especialment notòria: la cultura, el comerç, la indústria agroalimentària i la força del seu teixit cívic

i associatiu, entre d'altres, són alguns d'aquests signes d'identitat que es projecten dins i fora de la ciutat.

Carles Pellicer i Punyed

Alcalde de Reus

Quan parlem de la riquesa i capacitat de treball de les entitats i col·lectius ciutadans de Reus, també hem de reivindicar com a part fonamenta d'aquest èxit la tasca i l'activitat que es realitza des de fa anys a través de la xarxa de centres cívics de la ciutat.

Es tracta d'uns espais que cada curs posen a l'abast de moltes persones l'accés a uns coneixements i activitats que els aporten noves oportunitats de creixement persona.

Al mateix temps, moltes associacions hi han trobat la possibilitat de desenvolupar-hi el seu dia a dia tot compartint amb d'altres entitats les seves inquietuds i projectes. És una satisfacció comprovar que, un any més, els centres cívics obren portes amb un ventall tan ampli d'activitats pensades per a tothom.

Esperem que la nova programació us agradi i que hi pugueu trobar el curs, taller o sessió que respongui a aquella àrea d'interès que us atragui especialment.

Són propostes de caire ben divers que tenen com a objectiu respondre les inquietuds de formació, aprenentatge i enriquiment persona de la ciutadania, en el marc d'uns espais de trobada que volen afavorir la participació dels reusencs i reusenques de les diferents zones de la ciutat.

Ara que els centres cívics de Reus han assolit les tres dècades d'existència, podem dir que han esdevingut un servei públic de participació imprescindible i a l'abast de tothom. Sense ells, se'ns faria difícil en-

tendre el dia a dia dels nostres barris. Tenim el convenciment que la nova programació d'activitats, i la resta de possibilitats col·lectives i individuals que us ofereixen els centres cívics, tindran novament una gran acollida.

Aquesta serà la millor manera de celebrar tots plegats els trenta anys d'història d'un èxit col·lectiu, mentre continuem recollint opinions i propostes per continuar-los millorant i fent-los útils per a Reus del segle XXI.

Espais de participació

La programació que teniu a les mans és fruit de la feina de l'equip municipal que dia a dia impulsa els centres cívics de la ciutat, en col·laboració amb les entitats i col·lectius de la ciutat que hi organitzen activitats.

Vagi d'entrada l'agraïment i la felicitació a tothom que s'hi implica d'una manera o altra.

Montserrat Flores Juanpere

Regidora de Participació, Ciutadania i Transparència



Centres Cívics de Reus

Amb tu, des de sempre.

Aquesta tardor 2017, us oferim més de 150 propostes d'activitats des de la xarxa de Centres Cívics.

Un ventall de possibilitats obert a tot tipus de públic i amb un ampli horari, en formats diversos, per ta de donar resposta a les expectatives de la ciutadania.

El verdader valor d'una ciutat resideix en el que valen les seves idees, en el compromís de la seva ciutadania i en la disposició de compartir-ho.

Ara que la xarxa de centres cívics tot just de celebrar, el seu trentè aniversari, volem donar les gràcies a tots els que cada dia feu

possible, que els centres cívics siguin uns espais de proximitat, punts de trobada i participació; en definitiva, un lloc on crear complicitats i compartir motivacions i vivències.

Gràcies a tots per fer-ho possible!

com a **CASA** Espais de **trobada**
Wi-fi Punt d'intercanvi
de **llibres**

→ **Quedem** al **FEM UN**
Centre Cívic? **CAFÈ?**

Ordinadors d'accés lliure **LLEGIR**
Zona De **LECTURA** demana el **diari**
teu **ESPAI**

de **8:00** h a **22:00** h



Activitats infantils



CORAL JOVE

10 d'octubre a 12 de desembre

Desenvolupa el potencial artístic per a la interpretació vocal en conjunt.

Dimarts 18.00 a 19.30 h **Migjorn**

54,00€

ROBÒTICA EDUCATIVA

9 d'octubre a 11 de desembre

*Vols construir el teu propi robot?
Els nens amb les noves tecnologies.*

Dilluns 17.30 a 19.00 h **Migjorn**

54,00€

GUIARRA INFANTIL

4 d'octubre a 20 de desembre

Tocar en un context lúdic i amè promovent la creativitat i l'expressió artística.

Dimecres 18.45 a 20.15 h **M.Abelló**

54,00€

LA PALETA DELS COLORS 8 a 12 anys

10 d'octubre a 12 de desembre

Treballarem els colors i ens iniciarem en el dibuix. Crea, emociona i expressa.

Dimarts 17.30 a 19.00 H **Llevant**

54,00€

IOGA de 7 a 10 anys

9 d'octubre a 11 de desembre

Respiració, relaxació i desenvolupament físic i mental.

Dilluns 17.30 a 18.30 h **Llevant**

40,00€

PETITS CUINERS

10 d'octubre a 12 de desembre

Desenvolupar-se a la cuina descobrint sabors, olors, textures, i cuinar plats fàcils.

Dimarts 17.30 a 19.00 h **Migjorn**

54,00€

Arts escèniques i musicals



GÒSPEL

Els estils i formes d'interpretar-los, himnes i cançons populars. No cal tenir cap coneixement musical.

5 d'octubre a 21 de desembre

Dijous 19.00 a 20.30 h **M.Abelló**

GUIARRA

Aprèn les nocions bàsiques i fes exercicis per tocar les teves cançons favorites.

7 d'octubre a 16 de desembre

Dissabte 10.30 a 12.00 h **M.Abelló**

9 d'octubre a 11 de desembre

Dilluns 18.45 a 20.15 h **M.Abelló**

10 d'octubre a 12 de desembre

Dimarts 18.45 a 20.15 h **M.Abelló**

5 d'octubre a 21 de desembre

Dijous 18.45 a 20.15 h **M.Abelló**

5 d'octubre a 21 de desembre

Dijous 20.15 a 21.45 h **M.Abelló**

64,50€

64,50€

64,50€

Arts escèniques i musicals

SOLFEIG - LECTURA MUSICAL

10 d'octubre a 12 de desembre

*T'agradaria poder llegir una partitura?
Doncs aquest és el teu taller.*

Dimarts 20.00 a 21.00 h **M.Abelló**

43,00€

TECLAT ELECTRÒNIC

10 d'octubre a 12 de desembre

Amplia coneixements sobre les prestacions del teu teclat (ritmes, sons...).

Dimecres 18.30 a 20.00 h **M.Abelló**

64,50€

TIMBAL DE GRALLA

9 d'octubre a 11 de desembre

Vine a aprendre a tocar el timbal de la cultura popular catalana. Festa Major!

Dilluns 17.30 a 18.30 h **M.Abelló**

43,00€



Troba'ns a **facebook**



@centrescivicsreus

Arts plàstiques i manuals

ART I CREACIÓ *Pirogravat, vitrall, gravat en vidre, estany, vàndal, decoració de marmolines i fustes amb pintures fredes i estampació en seda.*

5 d'octubre a 21 de desembre	Dijous	17.00 a 19.00 h	Llevant
10 d'octubre a 12 de desembre	Dimarts	09.00 a 11.00 h	Migjorn
10 d'octubre a 12 de desembre	Dimarts	15.30 a 17.30 h	Migjorn

58,00€

DISSENY D'INTERIORS

4 d'octubre a 20 de desembre
<i>Distribució, colors, materials..., per a aquells canvis que vols fer a casa teva.</i>
Dimecres 20.00 a 21.30 h Ponent

79,50€

DIY: RECICLATGE CREATIU

27 d'octubre a 24 de novembre
<i>Dona una nova vida als objectes quotidians amb l'enginy de la teva ment.</i>
Divendres 10.00 a 12.00 h Mestral

40,00€

DIBUIXANT EL MODERNISME

15 de novembre a 20 de desembre
<i>Aprèn les tècniques inspirades en els elements de la natura, formes, colors...</i>
Dimecres 19.00 a 20.30 h Llevant

30,00€

EL MÓN DE LA IL·LUSTRACIÓ

5 d'octubre a 9 de novembre
<i>Crear ambients en idear personatges. Treballarem el color i les textures.</i>
Dijous 19.15 a 20.45 h Llevant

30,00€



FIL, AGULLA I MÀQUINA DE COSIR

6 d'octubre a 15 de desembre 5 d'octubre a 9 de novembre

Aprèn i perfecciona l'art de la costura, des d'un simple botó i cremallera, passant per saber dominar la màquina fins a l'elaboració de les peces de roba més treballades.

Divendres 17.00 a 19.00 h **Llevant** Dijous 09.30 a 11.30 h **Llevant**

60,00€

40,00€

LLAPIS I PINZELL, DIBUIXA I PINTA

9 d'octubre a 11 de desembre 6 d'octubre a 15 de desembre

Dibuix i pintura tant en la part tècnica com en la recerca d'un llenguatge propi. Practicarem diverses tècniques com l'oli, el pastel i l'aquarel·la.

Dilluns 17.00 a 19.00 h **Llevant** Divendres 10.00 a 12.00 h **Llevant**

58,00€

58,00€

INTRODUCCIÓ AL RETRAT

10 d'octubre a 7 de novembre

Proporcions, la construcció del rostre, la il·luminació, el punt de vista, les ombres.

Dimarts 19.30 a 21.00 h **Carme**

30,00€

PATCHWORK

5 d'octubre a 21 de desembre

*Aprofita tots els retalls de casa!
Podem realitzar magnífics treballs!*

Dijous 10.00 a 12.00 h **Carme**

60,00€

Arts plàstiques i manuals

PINTANT AMB AQUAREL·LA

4 d'octubre a 8 de novembre

Juga amb l'aigua i els colors per obtenir la teva expressió pictòrica.

Dimecres 19.00 a 20.30 h **Llevant**

30,00€

PINTURA A L'OLI, PASTEL, AQUAREL·LA I ACRÍLIC

4 d'octubre a 20 de desembre

Taller per aprofundir en el món del dibuix i la pintura tant en la part tècnica com en la recerca d'un llenguatge propi. Practicarem diverses tècniques com l'oli, el pastel i l'aquarel·la.

Dimecres 10.00 a 12.00 h **Carme**

58,00€



RESTAURACIÓ DE MOBLES ANTICS

Les tècniques bàsiques per recuperar o restaurar allò que el pas del temps ha deixat en els mobles de fusta: desinfectar, decapar, netejar, reparar, envernissar.

9 d'octubre a 11 de desembre

10 d'octubre a 12 de desembre

5 d'octubre a 21 de desembre

5 d'octubre a 21 de desembre

10 d'octubre a 12 de desembre

Dilluns 16.30 a 18.30 h

Dimarts 19.00 a 21.00 h

Dijous 17.00 a 19.00 h

Dijous 19.00 a 21.00 h

Dimarts 18.15 a 20.15 h

Mestral

Migjorn

64,00€



PINTURA SOBRE ROBA

4 d'octubre a 20 de desembre

Els alumnes aprendran a dibuixar, pintar i fer ombres, combinar colors sobre qualsevol tipus de roba.

Dimecres 9.30 a 11.30h

Mestral

58,00€



TRANSFER

6 de novembre a 4 de desembre

Aprèn diverses tècniques i trucs per transferir imatges i textos a diverses tipus de superfícies.

Dilluns

18.00 a 20.00 h

Mestral

40,00€



Arts tèxtils



PATCHWORK

4 d'octubre a 20 de desembre

*Aprofita tots els retalls de casa!
Podem realitzar magnífics treballs!*

Dimecres 17.30 a 19.30 h **Migjorn**

60,00€

PUNT DE MITJA I GANXET CREATIU

7 d'octubre a 16 de desembre

*Aprendre coses noves i compartir idees.
Per a principats o avançats.*

Dissabte 10.00 a 12.00 h **M.Abelló**

60,00€

PUNT DE MITJA I GANXET CREATIU

10 d'octubre a 12 de setembre

*Aprendre coses noves i compartir idees.
Per a principats o avançats.*

Dimarts 18.00 a 20.00 h **Migjorn**

60,00€

Balls i danses



SALSA, BACHATA I MERENGUE. SINGLE

6 d'octubre a 15 de desembre

Vols ballar salsa i no tens parella? Cap problema, aquest és el teu curs.

Divendres 20.30 a 21.30 h **Carme**

50,00€

BALLS EN LÍNIA AVANÇAT

10 d'octubre a 12 de desembre

Perfeccionar el seu nivell per a persones amb coneixements de balls en línia.

Dimarts 18.00 a 19.00 h **Carme**

50,00€

BALLS D'ENVELAT INICIACIÓ

5 d'octubre a 21 de desembre

Foxtrot, txa-txa-txa, pasdoble, merengue, mambo, tango, samba. Coneixements mínims.

Dijous 18.30 a 20.00 h **Llevant**

60,00€

BALLS EN LÍNIA INICIACIÓ

10 d'octubre a 12 de desembre

Per a persones a qui els agradi ballar tot tipus de ball i no tinguin parella.

Dimarts 19.15 a 20.15 h **Carme**

50,00€

BALLS D'ENVELAT AVANÇAT

5 d'octubre a 21 de desembre

Perfeccionar el seu nivell per a persones amb coneixements de balls d'envelat.

Dijous 20.00 a 21.30 h **Llevant**

60,00€

COUNTRY AVANÇAT

4 d'octubre a 20 de desembre

Millora passos i coreografies d'aquest ball tan americà.

Dimecres 19.30 a 20.30 h **Carme**

50,00€

Balls i danses

COUNTRY INICIACIÓ

4 d'octubre a 20 de desembre

Passos bàsics i les coreografies quadrí-cula, en parella i contradansa.

Dimecres 20.45 a 21.45 h **Carme**

50,00€

SWING & LINDY POP INICIACIÓ

4 d'octubre a 20 de desembre

*Jazz dels anys 20 als Estats Units.
S'adapta molt bé amb rock, fox i , etc.*

Dimecres 20.00 a 21.00 h **Migjorn**

50,00€

SWING & LINDY POP INTERMEDI

4 d'octubre a 20 de desembre

Passos nous tant, tripleskicks, variacions swing out i de passos amb kicks.

Dimecres 21.00 a 22.00 h **Migjorn**

50,00€

punt de trobada



quedem?

centrescivics.reus.cat

Creixement personal



CUIDEM A QUI CUIDA

10 d'octubre a 12 de desembre

Reduir la càrrega emocional que suposa tenir cura d'una altra persona.

Dilluns 19.30 a 20.30 h **Ponent**

56,00€

MILLORA LA RELACIÓ EN UN MATEIX I AMB L'ENTORN

16/23 de novembre

Eines per construir un bon entorn social a partir de autoconeixement.

Dijous 19.00 a 20.30 h **M.Abelló**

18,00 €

ENTRENAMENT EMOCIONAL. TRENCA ELS TEUS LÍMITS

9 d'octubre a 6 de novembre

Converteix les teves emocions en les teves aliades.

Dilluns 20.15 a 21.15 h **Carme**

28,00€

ATENCIÓ PLENA

9 d'octubre a 11 de desembre

Practica i entrena l'atenció conscient.

Dilluns 19.00 a 20.00 h **Mestral**

56,00€

MEDITACIONS GUIADES

10 d'octubre a 12 de desembre

Emocions i el flux constant de pensaments i prendre consciència del teu cos.

Dimarts 19.00 a 20.00 h **Carme**

56,00€

PENSAMENT POSITIU I MEDITACIÓ

4/11 de novembre

On va la teva ment, va la teva vida.

Divendres 19.45 a 21.15 h **Migjorn**

18,00€

Creixement personal

TALLER DE MEMÒRIA I GIMNÀSTICA MENTAL *Estratègies d'entrenament per estimular i activar les funcions cerebrals.*

9 d'octubre a 11 de desembre	Dilluns	11.30 a 12.30 h	Carme
5 d'octubre a 21 de desembre	Dijous	15.30 a 16.30 h	Carme

56,00€



Físiques i esportives



COM MILLORAR EL TEU RUNNING

5 d'octubre a 21 de desembre

Millora la tècnica del teu running amb entrenaments personalitzats.

Dijous 19.30 a 20.30 h **M.Abelló**

56,00€

COSMÈTICA I SABORS NATURALS

5 d'octubre a 9 de novembre

Aprèn a elaborar i personalitzar productes cosmètics adaptats a tu.

Dijous 19.00 a 20.30 h **Migjorn**

45,00€

DEFENSA PERSONAL

5 d'octubre a 21 de desembre

Com actuar, posicions, bloquejos i atacs davant d'agressions físiques o verbals.

Dijous 19.00 a 20.00 h **Migjorn**

41,30€

ESTIRAMENTS I EXERCICIS DE RELAXACIÓ

10 d'octubre a 12 de desembre

10 d'octubre a 12 de desembre

5 d'octubre a 21 de desembre

4 d'octubre a 20 de desembre

61,95€

Dimarts 20.00 a 21.30 h

Dimarts 10.00 a 11.30 h

Dijous 10.00 a 11.30 h

Dimecres 09.30 a 11.00 h

Ponent

Carme

Carme

Llevant

Exercicis per mantenir la mobilitat i vitalitat, millorar el metabolisme, prevenir l'aparició de deformacions. Influeix sobre el sistema nerviós.

Dimarts 16.00 a 17.30 h

Llevant

Físiques i esportives

EN FORMA

10 d'octubre a 12 de desembre

Millora integral del sistema muscular esquelètic i cardiovascular.

Dimarts 09.30 a 10.30 h **Ponent**

56,00€

GIMNÀSTICA HIPOPRESSIVA: INICIACIÓ

9 d'octubre a 11 de desembre

Ajuda a mantenir la columna dreta, evita dolors lumbar, eleva el metabolisme.

Dilluns 19.00 a 20.00 h **Llevant**

56,00€

ESTÈTICA: POSA'T GUAPA!

16 de novembre a 21 de desembre

Etilisme teòric i pràctic. Estudi de faccions, maquillatges, cura de la pell, colors.

Dijous 19.30 a 21.00 h **Migjorn**

45,00€

GIMNÀSTICA HIPOPRESSIVA: AVANÇAT

5 d'octubre a 21 de desembre

Perfecciona la tècnica hipopressiva incorporant noves taules d'entrenament.

Dijous 09.30 a 10.30 h **Llevant**

56,00€

GAC

9 d'octubre a 11 de desembre

Millora la teva força muscular del tren inferior (glutis, abdominal i cames).

Dilluns 15.30 a 16.30 h **M.Abelló**

56,00€

MASSATGE RELAXANT AMB AROMATERÀPIA

20 d'octubre a 10 de novembre

Aprèn a donar i rebre un massatge suau que condueix a un estat de benestar.

Divendres 19.00 a 20.30 h **Ponent**

36,00€

IOGA Coneix el teu cos mitjançant la respiració, la relaxació i els estiraments.

61,95€

5 d'octubre a 21 de desembre
9 d'octubre a 11 de desembre
4 d'octubre a 20 de desembre
6 d'octubre a 15 de desembre
10 d'octubre a 12 de desembre
10 d'octubre a 12 de desembre
5 d'octubre a 21 de desembre

Dijous	19.30 a 21.00 h	Carme
Dilluns	20.00 a 21.30 h	Llevant
Dimecres	19.30 a 21.00 h	Llevant
Divendres	09.30 a 11.00 h	Llevant
Dimarts	18.00 a 19.30 h	Mestral
Dimarts	18.30 a 20.00 h	Ponent
Dijous	16.30 a 18.00 h	Ponent



IOGA

10 d'octubre a 19 de desembre

Coneix el teu cos mitjançant la respiració, la relaxació i els estiraments.

Dilluns 15.30 a 16.30 h **Migjorn**

IOGA PER EMBARASSADES

6 d'octubre a 15 de desembre

Indicat perquè la dona visqui un embaràs agradable i conscient.

Divendres 19.00 a 18.30 h **Migjorn**

56,00€

61,95€

IOGA AMB EL TEU NADÓ

10 d'octubre a 19 de desembre

La mare i el nadó podran relaxar-se, trobar-se, sentir-se i relacionar-se

Dilluns 18.00 a 19.00 h **Migjorn**

56,00€

Físiques i esportives

PILATES Exercicis que combinen força, resistència i flexibilitat amb control mental.

56,00€

4 d'octubre a 20 de desembre	Dimecres	17.30 a 18.30 h	Carme
4 d'octubre a 20 de desembre	Dimecres	18.30 a 19.30 h	Llevant
4 d'octubre a 20 de desembre	Dimecres	15.30 a 16.30 h	Ponent
5 d'octubre a 21 de desembre	Dijous	15.15 a 16.15 h	M.Abelló
5 d'octubre a 21 de desembre	Dijous	20.00 a 21.00 h	Llevant
9 d'octubre a 11 de desembre	Dilluns	16.30 a 17.30 h	Ponent



PILATES EN FAMÍLIA

6 d'octubre a 15 de desembre
Comparteix amb els teus fills per millorar flexibilitat i resistència.
Divendres 18.00 a 19.00 h **M.Abelló**

60,00€

TAITXÍ Meditació en moviment. Consisteix en un conjunt de moviments suaus, fluids i lents. Serveix per millorar la salut i reduir l'estrès.

4 d'octubre a 20 de desembre	Dimecres	09.00 a 10.30 h	Ponent
9 d'octubre a 11 de desembre	Dilluns	18.30 a 20.00 h	Carme

61,95€

61,95€

TOTAL ABS

9 d'octubre a 11 de desembre

Treballa la musculatura abdominal per aconseguir un millor control postural i físic.

Dilluns 09.30 a 10.30 h **Llevant**

ZUMBA

Combina exercicis de tonificació amb passos de ball llatí. Permet tonificar, cremar calories i passar una estona divertida.

4 d'octubre a 20 de desembre

10 d'octubre a 12 de desembre

6 d'octubre a 15 de desembre

Dimecres 18.30 a 19.30 h

Dimarts 19.30 a 20.30 h

Divendres 19.30 a 20.30 h

Carme

Ponent

Llevant

56,00€

56,00€

passa una estona divertida,
mou-te!

Fotografia i creativitat digital



CÀMERA RÈFLEX DIGITAL BÀSICA

9 d'octubre a 11 de desembre

Teòric i pràctic en què s'aprendrà a controlar tot el procés fotogràfic digital.

Dilluns 20.00 a 22.00 h **Migjorn**

68,00€

FOTOGRAFIA ESTIL DE VIDA

4 d'octubre a 20 de desembre

Enfoca't en explicar una història i deixa que les fotos prenguin vida.

Dimecres 18.30 a 20.30 h **Mestral**

43,00€

RETRAT FAMILIAR

10 d'octubre a 19 de setembre

No cal que les fotos familiars siguin avorrides! Dóna un toc personal.

Dilluns 18.30 a 20.30 h **Ponent**

68,00€



apren tota les tècniques **digitals**

Gastronomia



BATUTS DETOX

30 d'octubre

T'ensenyem com depurar el teu cos amb els batuts de la dieta detox.

Dilluns 19.30 a 21.30 h **Carme**

14,80€

CUINA NIKKEI

18 d'octubre a 22 de novembre

Cuina d'origen japonès amb ingredients de base peruana.

Dimecres 18.30 a 20.00 h **Llevant**

55,50€

CEBICHES I TÀRTARS

20 i 27 de novembre

Diverses receptes de cebiches i tàrtars i tot de trucs perquè surtin perfectes

Dilluns 20.00 a 21.30 h **Migjorn**

9,15€

CUINA PER SOLTERS

5 d'octubre a 21 de desembre

Desperta la passió per l'art de cuinar. Receptes senzilles i saboroses.

Dijous 21.00 a 21.30 h **Migjorn**

79,50€

CUINA MEXICANA

18 d'octubre a 15 de novembre

Aprendrem la seva cuina més tradicional i autèntica.

Dimecres 20.00 a 21.30 h **Carme**

44,40€

CUINA VEGETARIANA I VEGANA

6 a 27 de novembre

Aliments que t'ajudaran a depurar el teu organisme i millorar el benestar físic.

Dilluns 20.00 a 21.30 h **Carme**

44,40€

Gastronomia

ELS FOGONS DE L'ÀVIA

10 d'octubre a 7 de novembre

Aprèn a fer les receptes de tota la vida amb els ingredients de la nostra terra.

Dimarts 10.00 a 11.30 h **Llevant**

55,50€

PASSEIG GASTRONÒMIC PER ÀSIA

6 d'octubre a 3 de novembre

Receptes més senzilles incorporant ingredients, espècies, fruites exòtiques...

Divendres 19.00 a 20.30 h **Llevant**

55,50€

ENDOLCIR LA DIETA

13 de novembre

T'ensenyem alternatives naturals i saludables al sucre per endolcir els aliments.

Dilluns 16.00 a 18.00 h **Llevant**

14,80€

PATÉS VEGETALS

23 d'octubre

Elaborar condiments i ingredients per aconseguir la consistència perfecta.

Dilluns 19.30 a 21.30 h **Carme**

14,80€

HAMBURGUESES GOURMET

23 i 30 d'octubre

L'art del panet, salses, carns i els millors complementos (formatges i productes de l'horta)

Dilluns 20.00 a 21.30 h **Migjorn**

22,20€



Idiomes



ALEMANY INICIACIÓ

10 d'octubre a 12 de desembre

S'impartiran coneixements bàsics de gramàtica i vocabulari. Sense noció.

Dimarts 11.00 a 12.30 h **Llevant**

64,50€

ALEMANY PER VIATJAR PRINCIPIANTS

5 d'octubre a 21 de desembre

Adreçat per practicar la conversa en situacions típiques de viatges.

Dijous 18.30 a 20.00 h **Llevant**

64,50€

ALEMANY BÀSIC I

10 d'octubre a 12 de desembre

Dirigit a persones amb coneixements molt bàsics de l'idioma.

Dimarts 09.30 a 11.00 h **Llevant**

64,50€

ANGLÈS A TRAVÉS DE LA MÚSICA

5 d'octubre a 21 de desembre

Afinar els teus "listening skills", ampliar gramàtica i vocabulari mitjançant cançons.

Dijous 19.30 a 21.00 h **Migjorn**

64,50€

ALEMANY BÀSIC II

5 d'octubre a 21 de desembre

Dirigit a persones que han fet el curs BÀSIC I d'alemany.

Dijous 20.00 a 21.30 h **Llevant**

64,50€

JAPONÉS INICIACIÓ

10 d'octubre a 12 de desembre

Adquireix un mínim de japonès, orientat a l'entorn professional i la vida quotidiana.

Dimarts 20.00 a 21.30 h **Carme**

64,50€

Idiomes

ANGLÈS INICIACIÓ

4 d'octubre a 20 de desembre	Dimecres	11.00 a 12.30 h	Llevant	<i>Per a aquelles persones que no hagin tingut contacte mai amb l'anglès i que vulguin endinsar-hi i descobrir les habilitats d'expressió i comprensió orals.</i>
4 d'octubre a 20 de desembre	Dimecres	18.00 a 19.30 h	Mestral	
6 d'octubre a 15 de desembre	Divendres	09.30 a 11.00 h	Carme	
9 d'octubre a 11 de desembre	Dilluns	20.00 a 21.30 h	Carme	

64,50€

ANGLÈS BÀSIC 1 I 2

4 d'octubre a 20 de desembre	Dimecres	09.30 a 11.00 h	B2 Llevant	<i>S'aniran introduint progressivament estructures gramaticals, vocabulari i potenciant les àrees de comprensió i expressió orals i escrites.</i>
9 d'octubre a 11 de desembre	Dilluns	09.30 a 11.00 h	B2 Mestral	
9 d'octubre a 11 de desembre	Dilluns	20.00 a 21.30 h	B1 Carme	
10 d'octubre a 12 de desembre	Dimarts	15.30 a 17.00 h	B1 Carme	

64,50€

ANGLÈS INTERMEDI

5 d'octubre a 21 de desembre	Dijous	20.00 a 21.30 h
10 d'octubre a 12 de desembre	Dimarts	19.30 a 21.00 h
4 d'octubre a 20 de desembre	Dimecres	11.00 a 12.30 h

Carme

Llevant

Mestral

Per a aquelles persones que parlin anglès amb un bon nivell i que vulguin desenvolupar les habilitats d'expressió i comprensió orals i escrites, mantenir i millorar el seu nivell.

64,50€

ANGLÈS PER CONVERSAR PRINCIPIANTS

5 d'octubre a 21 de desembre	Dijous	18.00 a 19.30 h
9 d'octubre a 11 de desembre	Dilluns	19.30 a 21.00 h

Llevant

Migjorn

Curs pràctic adreçat a persones amb coneixements d'anglès amb un nivell mitjà (Pre-Intermediate/Intermediate) capaces de comunicar-se en aquesta llengua.

64,50€

ANGLÈS PER CONVERSAR INTERMEDI

10 d'octubre a 12 de desembre
Curs pràctic per a persones de nivell mitjà (Pre-Intermediate/Intermediate)

Dimarts 18.00 a 19.30 h

Llevant

64,50€

Idiomes

ANGLÈS PER CONVERSAR AVANÇAT

5 d'octubre a 21 de desembre	Dijous	09.30 a 11.00 h	Carme
5 d'octubre a 21 de desembre	Dijous	19.30 a 21.00 h	Llevant

Curs pràctic de conversa en anglès adreçat a persones amb un nivell mitjà-alt (upper intermediate/advanced). Cada sessió se centrarà en un tema diferent amb la finalitat d'utilitzar lèxics i estructures diverses.

64,50€

ANGLÈS PER VIATJAR AVANÇAT

4 d'octubre a 20 de desembre
Dimecres 09.30 a 11.00 h Carme

Dirigit a persones que s'expressen amb fluïdesa i volen mantenir el nivell. fer converses, reforçar la gramàtica i seguir ampliant el vocabulari adquirit.

64,50€

FRANCÈS INICIACIÓ

10 d'octubre a 12 de desembre
Dimarts 16.00 a 17.30 h Mestral

L'objectiu del curs és adquirir un nivell de comunicació mínim en llengua francesa, orientat a l'entorn professional i a la vida quotidiana.

64,50€

ANGLÈS PER VIATJAR PRINCIPIANTS

4 d'octubre a 20 de desembre
Dimecres 20.00 a 21.30 h Carme

Persones amb nivells bàsics d'anglès que vulguin aprendre a desenvolupar-se viatjant en anglès. Situacions típiques: reservar una habitació d'hotel etc...

64,50€

FRANCÈS BÀSIC I

9 d'octubre a 11 de desembre
Dilluns 17.30 a 19.00 h Mestral

Dirigit a persones amb coneixements molt bàsics de l'idioma, i que volen seguir el seu aprenentatge. Fonètica com la gramàtica, nou vocabulari, l'escolta, l'expressió oral i l'escrita.

64,50€

ITALIÀ INICIACIÓ

9 d'octubre a 11 de desembre

Dilluns 20.00 a 21.30 h **Carme**

Per a aquelles persones amb poc domini de l'italià. Dóna una base de frases fetes per a situacions quotidianes, amb vocabulari i gramàtica simples.

64,50€

ITALIÀ BÀSIC I

4 d'octubre a 20 de desembre

Dimecres 20.00 a 21.30 h **Carme**

Per a persones amb coneixements molt bàsics de l'idioma i que volen seguir el seu aprenentatge a través de situacions habituals.

64,50€



Informàtica i noves tecnologies

A LA CARTA: RESOL ELS TEUS DUBTES INFORMÀTICS

4 d'octubre a 8 de novembre	Dimecres	11.15 a 12.45 h
26 d'octubre a 23 de novembre	Dijous	09.30 a 11.00 h

Llevant
Mestral

Et defenses amb l'ordinador però encara tens dubtes que t'agradaria resoldre?

Aquest curs es personalitza segons els teus interessos perquè el puguis aplicar a casa.

39,75€

EL MÒBIL I LES SEVES APLICACIONS

6 d'octubre a 4 de desembre	Dimecres	15.30 a 17.00 h
26 d'octubre a 23 de novembre	Dijous	17.30 a 19.00 h

Carme
Mestral

Conèixer les aplicacions bàsiques del mòbil i les darreres tendències en aplicacions. Treu més profit al teu mòbil.

39,75€



INTERNET PRÀCTIC

4 d'octubre a 8 de novembre
10 d'octubre a 12 de desembre

Dimecres 15.30 a 17.00 h
Dimarts 17.00 a 18.00 h

Carme
M.Abelló

Descobreix les eines que ens ofereix Internet d'una forma pràctica i lúdica. Aprendre a utilitzar els recursos que ens ofereix per fer-los servir en el teu dia a dia.

39,75€ / 53,00 €

XARXES SOCIALS

7 de novembre a 5 de desembre
Continguts: mitjans de comunicació a Internet, correu electrònic, xats, etc..

Dimarts 17.30 a 19.00 h **Llevant**

39,75€

IMPRESSIÓ EN 3D

8 de novembre a 13 de desembre
Crear una figureta de tu mateix o de qui vulguis calcada a la realitat i en 3D.

Dimecres 20.00 a 21.30 h **Migjorn**

39,75€



Exposicions



CONNECTATS AL TERRITORI

CRP. Baix camp

Octubre

Novembre

Desembre

Carme

Mestral

Migjorn

"CIVÍAS"

Marc Pérez Olivan

Octubre

Novembre

Desembre

M.Abelló

Carme

Llevant

LA PURESA DEL COLOR

Marian Martínez

Octubre

Desembre

Llevant

Carme

VINYETES: HISTÒRIA DEL CÒMIC EN CATALÀ

CNL Barcelona amb la col·laboració de

Reus Capita de la Cultura Catalana 2017

i del CNL de l'Àrea de Reus.

"Miquel Ventura"

Octubre

Novembre

Mestral

Llevant

REUS, PINTAT A L'OLI

Pere Ferré Roig

Octubre

Novembre

Desembre

Ponent

Migjorn

M.Abelló

AQUAREL·LISTA

Ramon Juncosa

Octubre

Novembre

Desembre

Migjorn

Ponent

Mestral

POSTALS DE NADAL

Centre Cívic

Desembre

Ponent

Tastets

Acosta't i gaudeix una estona de les diverses **activitats puntuals** que hem preparat.



VERMUT CORNER

10 de novembre

Divendres 19.30h

Llevant

TAITXÍ AL PARC

13 d'octubre

Divendres 10.00h

Mas Anglès

CÒCTELS AMB I SENSE ALCOHOL

24 de novembre

Divendres 19.30h

Carme

TAST DE VINS

1 de desembre

Divendres 19.30h

Mestral

CUINA D'APROFITAMENT NADAL

4 de desembre

Dilluns 10.00h

Migjorn

DEGUSTACIÓ DE CAVES

8 de desembre

Dilluns 19.30h

M.Abelló

Cal inscripció prèvia.

Més informació als diversos centres cívics

Itineraris i rutes guiades



REFUGI DE LA PATAcada

24 d'octubre

Dimarts 10.00 h

CONVENTS I MONESTIRS

14 de novembre

Dimarts 10.00 h

VISITA D'INTERÈS PEL CENTRE DE REUS

12 de desembre

Dimarts 10.00 h

Coneix i descobreix, de la mà

d'experts, espais interessats de

la ciutat

Cal inscripció prèvia.

Més informació als diversos centres cívics



Inspirar, conèixer, compartir

ELS ASPECTES EMOCIONALS I SOCIALS EN LES RELACIONS INTERPERSONALS

26 d'octubre

Prendre el temps de mirar-nos, connectar amb el que creiem, amb el que pensem i amb el que sentim, i com portar-ho a la nostra vida de cada dia.

Dijous 19.30h

Ponent

VUIRE AMB ALEGRIA

23 de novembre

Tots desitgem viure amb alegria, ser feliços i gaudir de la vida.

Dijous 19.30h

Ponent

Un espai de conversa i tertúlia que t'aportarà coneixements i recursos per viure de forma **més plena.**

Cal inscripció prèvia.

Més informació als diversos centres cívics

Dissabtes familiars



FEM PANALLETS

21 d'octubre

Dissabte 10.00 a 12.00 h **M.Abelló**

JOCS D'ABANS I D'ARA

28 d'octubre

Dissabte 10.00 a 12.00 h **M.Anglès**

BALLEM BALLS EN LÍNIA

11 de novembre

Dissabte 10.00 a 12.00 h **M.Abelló**

TALLER DE TEATRE

25 de novembre

Dissabte 10.00 a 12.00 h **Ponent**

FEM TORRÓ DE XOCOLATA

2 de desembre

Dissabte 10.00 a 12.00 h **M.Abelló**

Un espai lúdic i de
relació entre **mares,**
pares i fills al
voltant de
diverses **activitats**

Cal inscripció prèvia.

Més informació als diversos centres cívics

Cinema necessari



EL MAQUINISTA DE LA GENERAL

20 d'octubre

Divendres 20.00 h

Ponent



TIEMPOS MODERNOS. (Chaplin)

17 de novembre

Divendres 20.00 h

Ponent



A tots no ens agrada el mateix gènere... .

*però hi ha pel·lícules de les quals **no podem prescindir***

3,00€

Cal inscripció prèvia.

Més informació als diversos centres cívics

Els voltants del Centre Cívic Llevant



ARTESÀ DE VIDRE

21 de novembre

Com convertir el vidre en meravelles artístiques i excepcionals.

Dimarts 17.00 h

EL FORNER

17 d'octubre

Com elaborar de manera artesana tot tipus de pans i coques.

Dimarts 11.00 h

*Aquesta tardor serà el torn dels
oficis antics i visitarem els
seus tallers.*



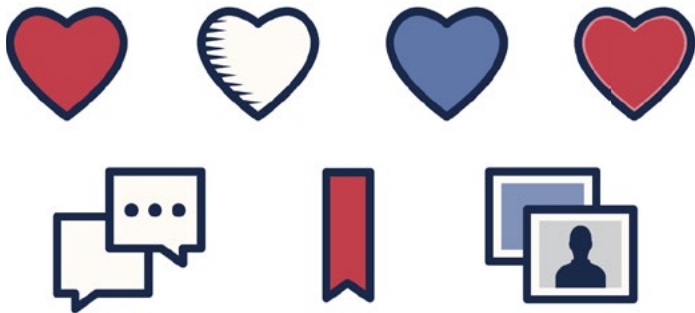
Conèixer el nostre entorn més **proper**,
les **persones** que hi treballen,
que hi viuen, que hi passen...

Cal inscripció prèvia.
Més informació als diversos centres cívics



Centres Cívics de Reus

www.centrescivics.reus.cat



@centrescivicsreus

Troba'ns a **facebook**



Ajuda'ns **a millorar!**

digues la teva proposta



centrescivics.reus.cat

centrescivics@reus.cat

Entitats

ASSOCIACIONS

Agrupació d'Associacions de Setmana Santa de Reus

Amics de la Gent Gran

Amics del Cavall

Amics del Rellotge de Reus

Apyda. Associació Provincial de Pares amb Fills amb dèfi-

cit d'Atenció amb o sense Hiperactivitat

Associació trastorn Bipolar Comarques de Tarragona

Associació Amics Barri Gaudí

Associació Antibarreres 2Ab

Associació Asperger del Camp de Tarragona

Associació Bici Camp

Associació Catalana Afectats Fibromiàlgia

Llevant Associació Catalano-Russa de Cooperació Científica i Cultura

Carme Associació Círculo Cultura Cartageno

M.Abelló Associació Cornetes i Tambors La Rosa de Reus

Carme Associació Cultura des de Zero

Associació Cultura Dolors Vives i Rodón

Llevant Associació de Dones Blanca Almendro

Carme Associació de Dones del Camí de Vals

Mestral Associació de Gent Gran de Reus I Baix Camp

Llevant Associació de Veïns «La Moreneta» del Barri Montserrat

Llevant Associació de Veïns «La Unió» del Barri Juroca

Carme Associació de Veïns Amics del Barri Fortuny

Ponent Associació de Veïns Barri Fortuny

Migjorn

Ponent

Migjorn

Mestral

Llevant

Mestral

Llevant

Ponent

Migjorn

Migjorn

Migjorn

Migjorn



Associació de Veïns Barri Gaudí	Mestral	Associació pels Drets Civils dels Discapacitats i Famílies	
Associació de Veïns Barri Immaculada	Ponent	(A.d.c.d)	Migjorn
Associació de Veïns Barri Montserrat	Migjorn	Associació per a la Promoció del Ball Mestra	Mestral
Associació de Veïns Horts de Miró	Llevant	Associació prejubilats i Jubilats de Telefònica	Mestral
Associació de Veïns Mas Iglésies	Migjorn	Associació Puntaires Reus	Carme
Associació de Veïns Parcel·les les Cases	Migjorn	Associació Quinchos Universitaris de Nicaragua (Aqun)	Migjorn
Associació Diabètics Tipus 1 Camp de Tarragona	M.Abelló	Associació Radioaficionats de Reus	M.Abelló
Associació Juvenil Agrupament Scout Jonathan Daniels	Carme	Associació Reusenca d'Artistes	Migjorn
Associació Juvenil Irasshai	Llevant	Associació Senegaesos de Reus	Migjorn
Associació Lliga Reumatològica Catalana	Mestral	Associació Veïns Mare Molas	Ponent
Associació Los Jíbaros	M.Abelló	Associació Veïns Mas Abelló	M.Abelló
Associació Manga Anime i Cultura Nipona-Amakuni	Ponent	Associació Veïns Tres Llits Barri Santa Teresa	Carme

Entitats

ASSOCIACIONS

Casa Municipal de la Gent Gran

Centre Cultura Castellano Manchego

Centre de noves oportunitats

Club Esportiu Costa Daurada

Club Esportiu Unió Astorga

Club Serinus Ciutat de Reus

Colla de la Víbria de Reus

Colla Gegantera «Els Fènix» de Reus

Colla Musica «Els Tranquils»

Cor Acords de Reus

Cor Ciutat de Reus

Cora Veus de la Terra

Migjorn Coro Rociero Mezcla de Raíces

Ponent Creu Roja

Migjorn Escuderia Baix Camp

Mestral Esplai Adaptat Els Girasols

Migjorn FANOC. Famílies Nombroses de Catalunya

Migjorn Federació Catalana de l'Esport Persones en discapacitat

Carme Física FCEDF

Migjorn Federació d'Associacions de Veïns de Reus

Carme Frac

Migjorn Fundació Intermèdia

Carme Fundació Pont i Gol

Ponent Fundació Tutelar de Disminuïts Psíquics

Ponent

Migjorn

Ponent

Migjorn

Carme

Mestral

Ponent

Carme

M.Abelló

Migjorn

M.Abelló



Troba'ns a **facebook**



@centrescivicsreus

Grup de cata de Vins El Tap
Humam Appea
Lliga Contra el Càncer Comarques
Tarragona
Motoautomòbil Club Reus
Parròquia Sant Bernat Calbò
Projecte La Akademia
Punt de Voluntariat Reus
Reusamba
Reusenc Handbol Club
Unió Botiguers de Reus

Ponent
M.Abelló

Carme
Ponent
Migjorn
Llevant

Carme
Migjorn
Migjorn
Llevant

Serveis que hi pots trobar

BENESTAR SOCIAL

Primera Acollida	Llevant
Infància i Família	Carme
.....	Migjorn
Ocupabilitat	Llevant
Centre Obert	M.Abelló
.....	Llevant
.....	Migjorn
.....	Mestral
.....	Ponent
Dinamització comunitària i cohesió social	M.Abelló
.....	Migjorn
.....	Mestral
.....	Llevant

CASALS DE LA GENT GRAN

Casals als Centres Cívics	Ponent
.....	Mestral
.....	Migjorn
.....	M.Abelló
Gimnàstica	Informàtica
Taller de Memòria	Retalls de roba,
Tertúlies	Punt de mitja
Alfabetització	Ball country
Català	Jocs de taula
Anglès	Mandales
Balls en línia	
Biomúsica	

IMFE

Dispositiu d'Inserció Laboral	Carme
.....	Ponent
Espai Activa	Carme
.....	Ponent
Casa d'Oficis	Carme
Servei de Formació i qualificació (PCI, PTT)	Migjorn



COMISSARIA EXTERNA DE PROXIMITAT

Comissaria Externa	Ponent
.....	Llevant
.....	Mestral
.....	M.Abelló
.....	Migjorn

CENTRE DE NORMALITZACIÓ LINGÜÍSTICA

Centre de Normalització	M.Abelló
-------------------------------	-----------------

SERVEIS DEL HABITATGE

Punt d'assessorament	
energètic	Migjorn
.....	Ponent
.....	Llevant

Agència de l'habitatge	M.Abelló
Habitatge	Migjorn

ENTITATS REUS.CAT

.....	Carme
-------	--------------

PETITS DEL BARRI

.....	Migjorn
-------	----------------

Centres Cívics de Reus



INFORMACIÓ DELS CENTRES

CENTRE CÍVIC DEL CARME

977 010 051

cc.delcarme@reus.cat

Pl. Patacada, 10

CENTRE CÍVIC MIGJORN

977 010 032

cc.migjorn@reus.cat

C. Riera de l'Escorial, s/n

CENTRE CÍVIC MESTRAL

977 010 039

cc.mestral@reus.cat

Av. Barcelona, 6

CENTRE CÍVIC MAS ABELLÓ

977 010 030

cc.masabello@reus.cat

C. Mas Carpa, 4

CENTRE CÍVIC LLEVANT

977 010 026

cc.llevant@reus.cat

Pl. de l'Hort dels canonges, 1

CENTRE CÍVIC PONENT

977 010 044

cc.ponent@reus.cat

Av. dels Països Catalans, 106

Normes de matriculació

OCTUBRE - DESEMBRE 2017

PROCÉS DE MATRICULACIÓ:

Es considera formalitzada la inscripció quan la persona interessada hagi lliurat tota la documentació requerida a centre cívic i hagi abonat el tota de l'import de l'activitat.

PERÍODE D'INSCRIPCIÓ:

Del 12 a 22 de setembre. Les matrícules romandran obertes mentre hi hagin places disponibles.

CANALS D'INSCRIPCIÓ:

Per internet a

<http://centrescivics.reus.cat>

Presencialment a les consergeries dels centres cívics en horari de **9.00 a 13.00 h** i de **16.00 h a 20.00 h**.

DURADA DELS CURSOS:

La durada dels cursos -tret dels mono-gràfics- serà de **10 sessions** compreses entre el **4 d'octubre** i el **21 de desembre**.

PAGAMENT DELS CURSOS:

Els pagaments es podran fer amb targeta bancària a centre cívic o a través de l'internet. Els titulars de la targeta daurada gaudiran d'un **15% de descompte**.

DEVOLUCIÓ DE LES QUOTES:

L'organització es reserva el dret d'anul·lar i/o canviar l'activitat, i en aquest cas, es retornarà l'import del curs. **Un cop s'hagi iniciada l'activitat no es retornarà l'import de la matrícula.**

Índex

Salutacions institucionals

Activitats infantils

CORAL JOVE

GUIITARRA INFANTIL

IOGA 7 a 10 anys

ROBÒTICA EDUCATIVA

LA PALETA DE COLORS. 8 A 12 ANYS

PETITS CUINERS

Arts escèniques i musicals

GÒSPEL

GUIITARRA

SOLFEIG - LECTURA MUSICAL

TECLAT ELECTRÒNIC

TIMBAL DE GRALLA

Arts plàstiques i manuals

ART I CREACIÓ

DIBUIXANT EL MODERNISME

DISSENY D'INTERIORS

RECICLATGE CREATIU

EL MÓN DE LA IL·LUSTRACIÓ

2-5 FIL, AGULLA I MÀQUINA DE COSIR

INTRODUCCIÓ AL RETRAT

8 LLAPIS I PINZELL, DIBUIXA I PINTA

8 PATCHWORK

8 PINTANT AMB AQUAREL·LA

8 PINTURA A L'OLI, PASTEL, AQUAREL·LA I ACRÍLIC

8 PINTURA SOBRE ROBA

8 RESTAURACIÓ DE MOBLES ANTICS

TRANSFER

9 Arts tèxtils

9 PATCHWORK

10 PUNT DE MITJA I GANXET / CREATIU

10 Balls i danses

10 BALL SALSA, BACHATA I MERENGUE SENSE

PARELLA

12 BALLS D'ENVELAT 1 / 2

12 BALLS EN LÍNIA AVANÇAT

12 BALLS EN LÍNIA INICIACIÓ

12 COUNTRY INICIACIÓ/AVANÇAT

12 SWING & LINDY HOP. INICIACIÓ

13 SWING & LINDY HOP. INTERMEDI

13 Creixement personal

13 CUIDEM A QUI CUIDA

13 ENTRENAMENT EMOCIONAL.

14 MEDITACIONS GUIADES

14 MILLORA LA RELACIÓ AMB UN MATEIX I L'ENTORN

14 ATENCIÓ PLENA

15 PENSAMENT POSITIU I MEDITACIÓ

15 TALLER DE MEMÒRIA I GIMNÀSTICA MENTAL

Físiques i esportives

16 COM MILLORAR EL TEU RUNNING

16 COSMÈTICA I SABONS NATURALS

DEFENSA PERSONAL

17 EN FORMA

17 ESTÈTICA: POSA'T GUAPA!

17 ESTIRAMENTS I EXERCICIS DE RELAXACIÓ

17 ESTIRAMENTS I RELAXACIÓ

17 GAC

18 GIMNÀSTICA HIPOPRESSIVA

18 IOGA

18

19

19

19

19

19

19

20

21

21

21

22

22

22

22

22

22

23

IOGA AMB EL TEU NADÓ	23	HAMBURGUESES GOURMET	28	IMPRESSIÓ EN 3D: CONSTRUEIX EL TEU JO	35
IOGA PER A EMBARASSADES	23	PASSEIG GASTRONÒMIC PER ÀSIA	28	INTERNET PRÀCTIC	35
MASSATGE RELAXANT AMB AROMATERÀPIA	23	PATÉS VEGETALS	28	XARXES SOCIALS	35
PILATES	24	Idiomes			
TAITXÍ	24	ALEMANY INICIACIÓ / BÀSIC I / II	29	Exposicions	36
TOTAL ABS	25	ALEMANY PER VIATJAR PRINCIPIANTS	29	Tastets	37
ZUMBA	25	ANGLÈS A TRAVÉS DE LA MÚSICA	29	Itineraris, conèixer i compartir	38
Fotografia i creativitat digital		ANGLÈS INICIACIÓ/ BÀSIC 1/2	30	Inspirar, conèixer, compartir	39
CÀMERA RÈFLEX DIGITAL BÀSICA	26	ANGLÈS INTERMEDI	31	Dissabtes familiars	40
PHOTOSHOP. TÈCNiques D'EDICIÓ	26	ANGLÈS PER CONVERSAR PRINCIPIANTS	31	Cinema necessari	41
RETRAT FAMILIAR	26	ANGLÈS PER CONVERSAR INTERMEDI/ AVANÇAT	31	Els voltants del CC Llevant	42
Gastronomia		ANGLÈS PER VIATJAR PRINCIPIANTS/ AVANÇAT	32		
BATUTS DETOX	27	FRANCÈS INICIACIÓ	32	Entitats	46-49
CEVICHES I TÀRTARS	27	FRANCÈS BÀSIC 1	32	Serveis que hi pots trobar	50-51
CUINA MEXICANA	27	ITALIÀ INICIACIÓ	33	Centres Cívics de Reus	52
CUINA NIKKEI	27	ITALIÀ BÀSIC 1	33	Normes de matriculació	53
CUINA PER SOLTERS	27	JAPONÈS INICIACIÓ	29		
CUINA VEGETARIANA I VEGANA	27	Informàtica i noves tecnologies			
ELS FOGONS DE L'ÀVIA	28	RESOL ELS TEUS DUBTES INFORMÀTICS	34		
ENDOLCIR LA DIETA	28	EL MÒBIL I LES SEVES APLICACIONS	34		



@centrescivicsreus

amb tu, des de sempre!

Centres Cívics de Reus

