

Agenda Cultural

1 mensaje

Palau-solità i Plegamans <cultura@palauplegamans.cat>
Para: AV CAN MAIOL <can_maiol@cimex-electronica.com>

6 de febrero de 2025, 10:22

[Feu clic aquí per veure la versió html d'aquest butlletí](#)

[CONTACTE](#)

[TELÈFONS D'INTERÈS](#)

[MAPA WEB](#)

[IDENTIFICA'T](#)

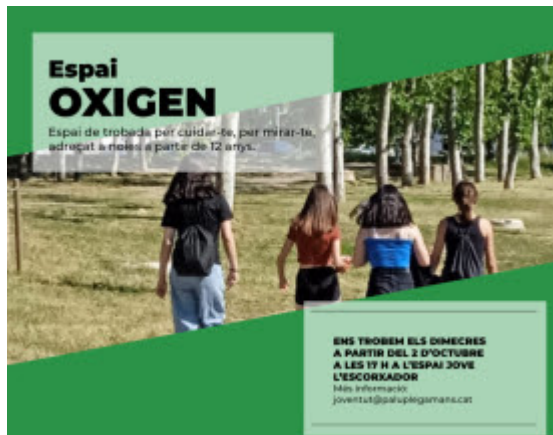


Ajuntament de
**Palau-solità
i Plegamans**

dijous, 6 de febrer de 2025
AGENDA CULTURAL



Activitats



9 d'octubre de 2024 / 28 de maig de 2025

Oxygen

Espai de trobada per cuidar-te, per mirar-te,
... adreçat a noies a partir de 12 anys.

Veure més



14 de novembre de 2024 / 24 d'abril de 2025

Espai Ben-estar

Espai de trobada dirigit a famílies de joves adolescents on poder comprendre millor la dimensió emocional de l'adolescent,...

Veure més



3 de febrer de 2025 / 21 de març de 2025

Domina la Logística

El Centre de Noves Oportunitats de Palau-solità i Plegamans (CNO) ha organitzat una nova formació pensada per ajudar als...

Veure més

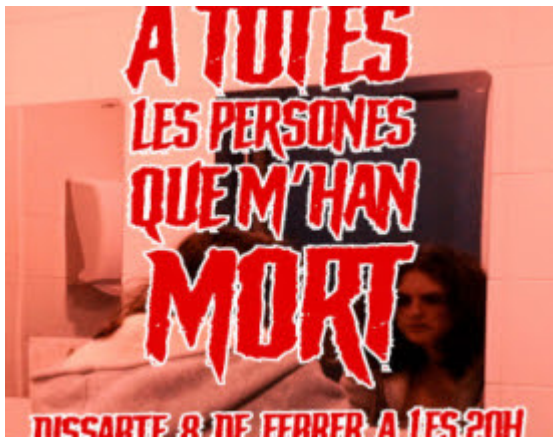


6 de febrer de 2025

Tastets artístics: creació d'un tapís de macramé

Ens endinsarem a la tècnica del macramé amb la realització d'un tapís per conèixer aquest art i els principals nusos...

Veure més



8 de febrer de 2025

Teatre: A totes les persones que m'han mort

Un espectacle del grup d'adolescents @ histeriacollectiva , del Taller de les Arts
 SINOPSI La Verònica, una estudiant...

Veure més



9 de febrer de 2025

Programació Familiar: Vegin i Passin

Programació familiar a càrrec de la Companyia Enlaire Diumenge, 9 de febrer de 2025 a les 12:00 hores El preu de...

Veure més



14 de febrer de 2025

La Nit eròtica

Una divertida reunió de tuppersex on mostrar i explicar el funcionament de les joguines eròtiques pot ser una excel·lent...

Veure més



15 de febrer de 2025

Cicle Gaudí: MARCO

Fitxa tècnica: Direcció: Aitor Arregi i Jon Garaño Guió: Jose Mari Goenaga , Jon Garaño , Jorge Gil Munarriz...

Veure més



22 de febrer de 2025

Tallers d'Art en Família: dissenya i estampa

Personalitzarem una bossa de cotó reutilitzable fent una composició amb formes geomètriques i estampant-les sobre la...

Veure més



28 de febrer de 2025

Tarda de Jocs de Taula. Estratègia i diversió

Si t'agraden els jocs de taula, t'esperem! Des de jugarXjugar ens han preparat una selecció de jocs per passar una tarda...

Veure més



28 de febrer de 2025

Teatre: MAL DE CORAÇON

PROGRAMACIÓ TEATRE SETEMBRE '24 - MAIG '25 MAL DE CORAÇON -- una comèdia de Victoria Szpunzberg amb Júlia Barceló,...

Veure més

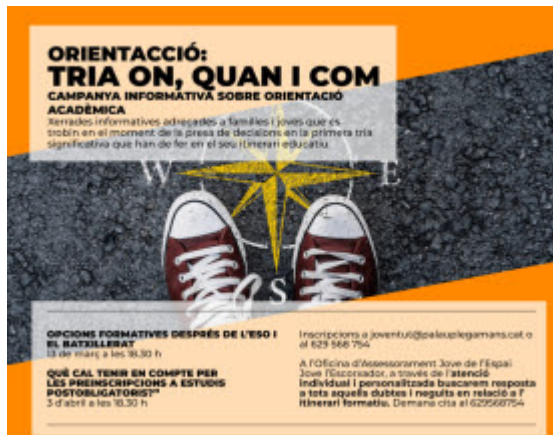


5 de març de 2025

Tastets artístics: estampació botànica

Al taller d'estampació botànica farem servir flors i plantes de temporada. Aprendrem a distingir els diferents tipus de...

Veure més



13 de març de 2025

OrientAcció: Tria on, quan i com.

OrientAcció: TRIA ON, QUAN I COM.
Campanya Informativa sobre orientació acadèmica.

Veure més



15 de març de 2025

Cicle Gaudí: El 47

Fitxa tècnica: Direcció: Marcel Barrena
Guió: Marcel Barrena i Alberto Marini
Productora: THE MEDIAPRO STUDIO
Intèrprets: Manolo:...

Veure més



21 de març de 2025

Teatre: EL SILENCI DELS TELERS

PROGRAMACIÓ TEATRE SETEMBRE '24 - MAIG '25 Mini-cicle "Dones a Escena" #8M Ser dona a les colònies tèxtils catalanes,...

Veure més



22 de març de 2025

Teatre: NUS

PROGRAMACIÓ TEATRE SETEMBRE '24 - MAIG '25 Mini-cicle "Dones a Escena" #8M NUS de Cèlia Marcé Oller Col·loqui post-funció...

Veure més



28 de març de 2025

Tarda de Jocs de Taula. Estratègia i diversió

Si t'agraden els jocs de taula, t'esperem!
Des de jugarXjugar ens han preparat una selecció de jocs per passar una tarda...

Veure més



29 de març de 2025

Tallers d'Art en Família: baldufes òptiques

La baldufa òptica va ser creada el 1920 per mestres-artistes de l'escola alemanya Bauhaus, fruit de les seves investigacions òptiques...

Veure més

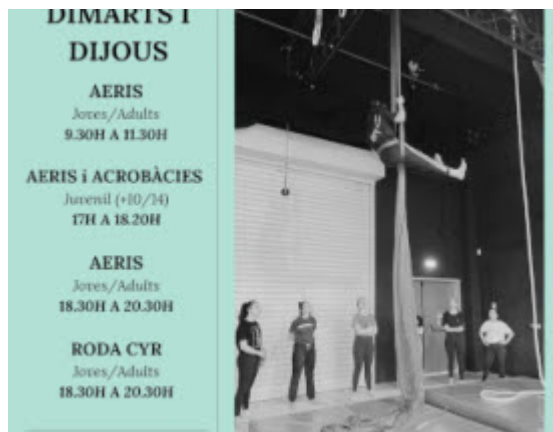


3 d'abril de 2025

OrientAcció: Tria on, quan i com.

OrientAcció: TRIA ON, QUAN I COM.
Campanya Informativa sobre orientació acadèmica.

Veure més



1 de setembre de 2024 / 30 de juny de 2025

Cursos de Circ

Formació Regular de Circ de Setembre a Juny Dies: dimarts i dijous Lloc: Espai Jove l'Escorxador AERIS Dirigit a...

Veure més

**DIMARTS I
DIJOUS**

Joves/Adults
9.30H A 11.30H

Joves/Adults
18.30H A 20.30H

Curs regular basat en el treball del cos encarat a la pràctica de tècniques aèries, treballant així exercicis de potencialitat física i elasticitat, i la part tècnica de cada element per aprendre seqüències, caigudes, pujades i baixades i poder desenvolupar rutines de forma autònoma.



1 de setembre de 2024 / 30 de juny de 2025

Circ: Curs de teles, trapezi i corda

AERIS: Curs de teles, trapezi i corda Curs basat en el treball del cos encarat a la pràctica de tècniques aèries, treballant...

Veure més

**DIMARTS I
DIJOUS**

Joves/Adults
8.30H A 9.30H

Les classes ofereixen una combinació d'exercicis progressius i personalitzats a cada nivell enfocats a la millora de la flexibilitat, la força, la mobilitat, la funció muscular (postura i equilibri) i el benestar físic.

Incorporant tècniques de respiració i relaxació realitzem exercicis de força, resistència i flexibilitat que ens amplien el rang de moviment de manera funcional.

Tots els Nivells



1 de setembre de 2024 / 30 de juny de 2025

Circ: Curs de flexibilitat i mobilitat activa

Curs de flexibilitat i mobilitat activa Les classes ofereixen una combinació d'exercicis progressius i personalitzats a...

Veure més

**DIMARTS I
DIJOUS**

Juvenil (+10/14)
17H A 18.20H

Regulars de circ en introduïm diferents disciplines: acrobàcia aèria (tela, corda i trapezi), acrobàcia de terra, minitramp, bàscula, expressió corporal, equilibris i malabars. Posant èmfasi en el procés d'aprenentatge, els processos de comunicació i expressió i el desenvolupament de la creativitat.




1 de setembre de 2024 / 30 de juny de 2025

Circ: Curs d'aeris i acrobàcies

Curs d'Aeris i Acrobàcies Diferents disciplines: - Acrobàcia aèria --> tela, corda i trapezi.

Veure més

**DIMARTS I
DIJOUS**

Joves/Adults
18.30H A 20.30H

Curs regular de la Roda Cyr per créixer a nivell tècnic, generant una relació i llenguatge amb l'element, aconseguint originalitat i estil propi dins la disciplina. Combinació de disciplines com acrobàcia, dansa i manipulació d'objectes. Treballarem matinos, velocitat, intensitat, equilibris, contactes, suspensions i manipulacions.

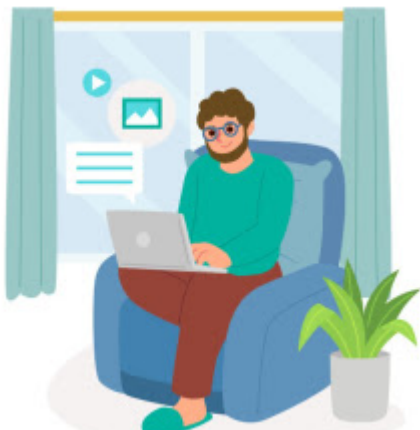


1 de setembre de 2024 / 30 de juny de 2025

Circ: Curs de Roda Cyr

Curs de RODA CYR Curs per créixer a nivell tècnic, generant una relació i llenguatge amb l'element, aconseguint originalitat...

Veure més

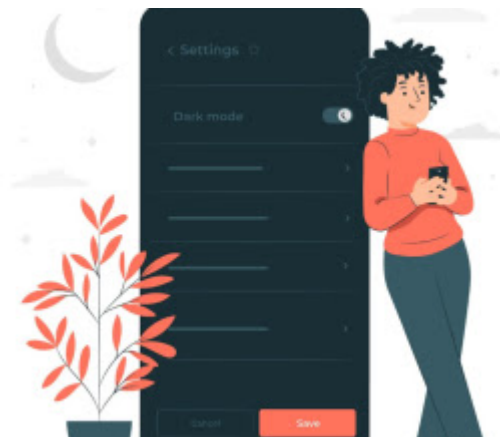


21 de gener de 2025 / 18 de febrer de 2025

Ordinador per a principiants

Aquesta formació et guiarà pas a pas per començar a utilitzar un ordinador. Aprendràs a engegar i apagar el dispositiu,...

Veure més

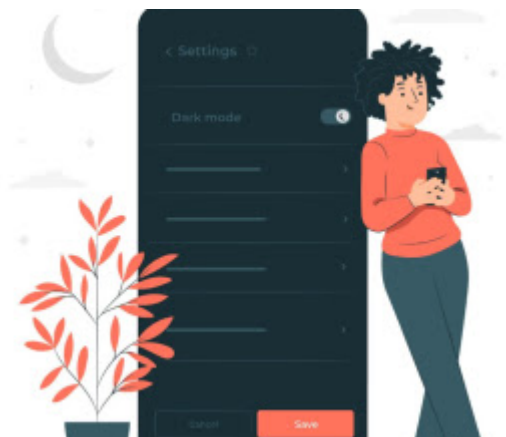


21 de gener de 2025 / 18 de febrer de 2025

Aprèn a utilitzar el teu mòbil (Torn 1)

Domina el teu telèfon intel·ligent amb aquesta formació adaptada per a principiants. S'abordaran temes com Configuració...

Veure més



21 de gener de 2025 / 18 de febrer de 2025

Aprèn a utilitzar el teu mòbil (Torn 2)

Domina el teu telèfon intel·ligent amb aquesta formació adaptada per a principiants. S'abordaran temes com Configuració...

Veure més



23 de gener de 2025 / 20 de febrer de 2025

Full de càlcul amb Google

Aprèn a crear i gestionar fulls de càlcul, introduir i formatar dades, utilitzar fórmules i funcions bàsiques, crear...

Veure més



23 de gener de 2025 / 13 de febrer de 2025

Planificació digital

Descobreix com organitzar el teu temps i tasques amb aplicacions com Google Calendar i Trello. Aprenderàs a planificar i...

Veure més



23 de gener de 2025 / 20 de febrer de 2025

Fotografia amb el mòbil

Aprèn a capturar imatges professionals amb el mòbil. Aquesta formació inclou tècniques de composició, edició bàsica...

Veure més



18 de febrer de 2025 / 20 de març de 2025

Iniciació a la informàtica i competències digitals

FCOI13 INICIACIÓ A LA INFORMÀTICA I EN COMPETÈNCIES DIGITALS CURS DEL SOC (SERVEI OCUPACIÓ DE CATALUNYA) Plà de...

Veure més

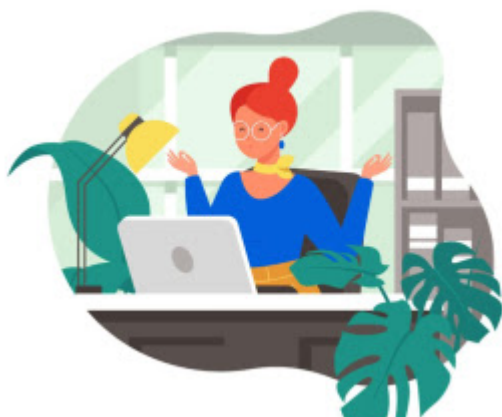


20 de febrer de 2025

Introducció a la IA (Torn 1)

Explora què és la intel·ligència artificial i com pot ajudar-te en el dia a dia. Descobreix aplicacions pràctiques i...

Veure més

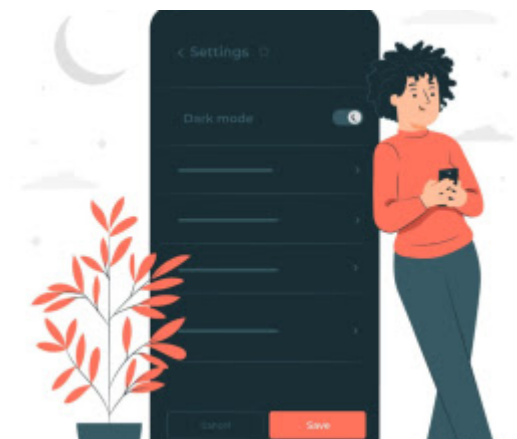


4 de març de 2025 / 8 d'abril de 2025

Internet: Navegació i seguretat (Torn 1)

En aquesta formació pràctica aprendràs a navegar per Internet, crear i gestionar un correu electrònic, fer compres en...

Veure més

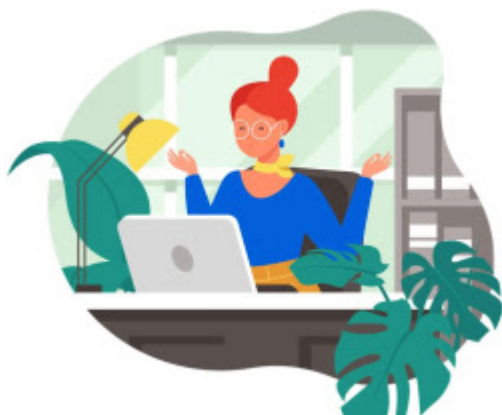


4 de març de 2025 / 8 d'abril de 2025

Aprèn a utilitzar el teu mòbil (Torn 3)

Domina el teu telèfon intel·ligent amb aquesta formació adaptada per a principiants. S'abordaran temes com Configuració...

Veure més



4 de març de 2025 / 8 d'abril de 2025

Internet: Navegació i seguretat (Torn 2)

En aquesta formació pràctica aprendràs a navegar per Internet, crear i gestionar un correu electrònic, fer compres en...

Veure més



6 de març de 2025 / 3 d'abril de 2025

Processador de text amb Google

Es tractaran temes com la creació i edició de documents, l'ús de plantilles, la inserció d'imatges i taules, l'aplicació...

Veure més

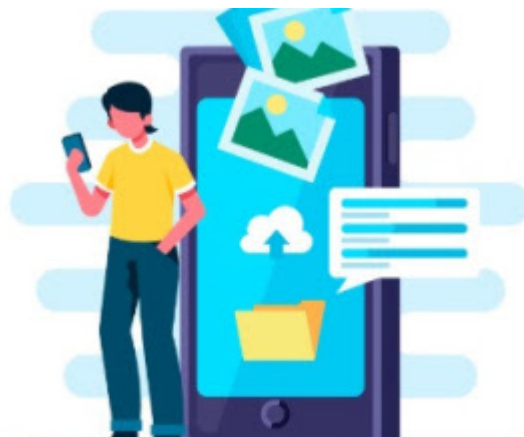


6 de març de 2025

Obté el teu certificat digital fàcilment

En aquesta sessió pràctica aprendràs a obtenir, instal·lar i utilitzar el certificat digital per fer tràmits segurs...

Veure més



6 de març de 2025

Comparteix fotos amb qualitat (Torn 1)

Descobreix com enviar i compartir fotografies des del mòbil o ordinador de manera eficient, optimitzant la seva qualitat...

Veure més



13 de març de 2025 / 10 d'abril de 2025

Descobreix Canva

Aprèn a dissenyar gràfics atractius amb Canva. Aquesta formació inclou creacions de projectes per Sant Jordi.

Veure més



13 de març de 2025 / 10 d'abril de 2025

Laboratori digital

Experimenta amb eines digitals creatives i resol problemes quotidians amb tecnologia. Una formació interactiva per explorar...

Veure més

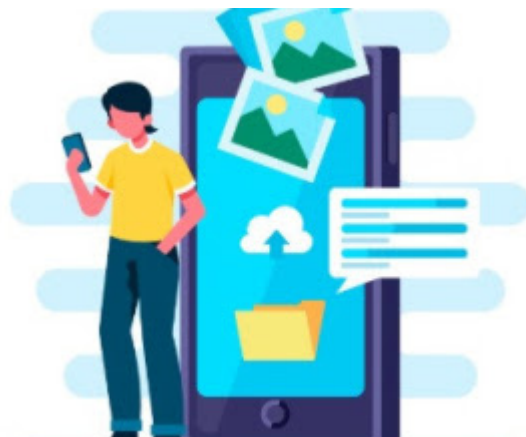


20 de març de 2025

Introducció a la IA (Torn 2)

Explora què és la intel·ligència artificial i com pot ajudar-te en el dia a dia. Descobreix aplicacions pràctiques i...

Veure més



3 d'abril de 2025

Comparteix fotos amb qualitat (Torn 2)

Descobreix com enviar i compartir fotografies des del mòbil o ordinador de manera eficient, optimitzant la seva qualitat...

Veure més



3 d'abril de 2025

Videojocs per la ment

Coneix videojocs per a mòbil que estimulen la teva memòria, lògica i creativitat mentre et diverteixes.

Veure més

Activitats Gent Gran

ACTIVITAT

DIA/HORA

LLOC

ORGANITZA

Taller de Memòria	dilluns de 10h a 11h	Espai del Casal de la Gent Gran de l'edifici de Can Cortés	Regidoria Gent Gran
Taller de Pinta Emocions	dimecres de 10h a 11.30h	Espai del Casal de la Gent Gran de l'edifici de Can Cortés	Regidoria Gent Gran
Taller de Francès (Inicial)	dimarts de 10h a 11h	Espai del Casal de la Gent Gran de l'edifici de Can Cortés	Regidoria Gent Gran
Taller de Memòria	dilluns de 11h a 12h	Casal de la Gent Gran de l'edifici de Can Cortés	Regidoria Gent Gran
Taller de Noves Tecnologies	dilluns de 12h a 13h	Casal de la Gent Gran de l'edifici de Can Cortés	Regidoria Gent Gran
Taller de Memòria	dimarts de 11h a 12h	Casal de la Gent Gran de l'edifici de Can Cortés	Regidoria Gent Gran
Taller de Francès (tertúlia)	dijous de 10h a 11h	Casal de la Gent Gran de l'edifici de Can Cortés	Regidoria Gent Gran
Taller de Gimnàstica Suau	divendres de 9:30h a 10:30h	Pavelló Municipal d'Esports Maria Víctor	Regidoria Gent Gran
Taller de Gimnàstica Suau	divendres de 10:30h a 11:30h	Pavelló Municipal d'Esports Maria Víctor	Regidoria Gent Gran
Taller de Tècniques de Relaxació i Benestar	divendres de 11:30h a 13h	Pavelló Municipal d'Esports Maria Víctor	Regidoria Gent Gran
Taller de Dibuix	dimecres de 11:30h a 13h	Casal de la Gent Gran de l'edifici de Can Cortés	Regidoria Gent Gran
Taller d'Urban Sketch	dijous de 12h a 13h	Casal de la Gent Gran de l'edifici de Can Cortés	Regidoria Gent Gran
Taller de Memòria	dijous de 11h a 12h	Casal de la Gent Gran de l'edifici de Can Cortés	Regidoria Gent Gran

Taller de
Memòria

dimarts de
12h a 13h

Casal de la Gent Gran de
l'edifici de Can Cortés

Regidoria Gent Gran

Si desitgeu donar-vos de baixa d'aquest butlletí podeu fer-ho [en aquest enllaç](#).



Ajuntament de
**Palau-solità
i Plegamans**



Plaça de la Vila, 1

Tel. 93 864 80 56

08184 Palau-solità i Plegamans

info@palauplegamans.cat

Ajuntament de Palau-solità i Plegamans

Plaça de la Vila, 1 08184 (Barcelona) | Tel. 93 864 80 56