

TEMPORADA 2017-2018



EL CENTRE OBRE ALS MATINS

DE DILLUNS A DIVENDRES, DE 10 A 13 HORES

Centre Moral Instructiu de Gràcia

c/ Ros de Olano, 9 08012 - BARCELONA

Vols fer tallers i activitats? Vine al Centre, començarem el dia 2 d'octubre de 2017. És una iniciativa del Centre, amb el suport de l'Ajuntament de Barcelona (Districte de Gràcia)

INFORMACIÓ I RESERVA DE PLACES

Al Centre, telèfon **93 218 19 64** (De 10 a 13 hores o bé de 17 a 21 hores)

També al mail: elcentre@elcentregracia.cat

MATRICULACIÓ

De 16 a 21 hores, al mateix Centre (Del 3 al 28 de juliol)

De 10 a 13 hores i de 17 a 21 hores, al mateix Centre (Del 1 al 22 de setembre)

El Centre vol oferir tot tipus d'activitats: Idiomes, musica, informàtica, teatre, ball, gimnàstica, música, manualitats i moltes més coses. Per fer els diferents tallers, s'haurà de portar el material que indiquin els professors i monitors. El material anirà a càrrec dels alumnes. **Els tallers hauran de tenir un mínim de 5 participants. Si no s'arriba a aquest número d'alumnes, el taller no es farà.**

Els horaris indicats són provisionals i poden ser alterats en funció de la disponibilitat del professorat

IDIOMES

Català (Nivell inicial) - Aquest curs va adreçat a tot tipus de persones que volen desenvolupar les habilitats de comprensió i producció orals, així com també escriure amb la finalitat que es puguin resoldre les necessitats de la vida quotidiana. Caldrà comprar el llibre que indiqui la professora. Aquest curs tindrà continuïtat al llarg del curs 2017-2018. (Mínim, 5 alumnes)

Preu soci: 48 euros (el trimestre: octubre, novembre, desembre)

Preu simpatitzant: 59 euros (el trimestre: octubre, novembre, desembre)

Horari: Dijous, de 10:00 a 11:30 hores.

1er. CURS D'ANGLÈS (Nivell zero) – Curs amb professora nativa. Aquest curs va destinat a persones que volen començar a practicar l'anglès des de zero. Es treballaran les salutacions, nom, país, edat, l'alfabet, els números, el menjar, les begudes, els dies de la setmana, els colors, els familiars, els mesos etc.. S'aprendrà també a utilitzar els verbs en present. Caldrà comprar el llibre que indiqui la professora. Aquest curs tindrà continuïtat al llarg del curs 2017-2018. (Mínim, 5 alumnes)

Preu soci: 48 euros (el trimestre: octubre, novembre, desembre)

Preu simpatitzant: 59 euros (el trimestre: octubre, novembre, desembre)

Horari: Dimecres, de 10:00 a 11:30 hores.

2n. CURS D'ANGLÈS (Nivell inicial) - Curs amb professora nativa. Aquest curs va destinat a persones que ja tenen certs coneixements d'anglès i volen continuar aprenent. Caldrà comprar el llibre que indiqui la professora. Aquest curs tindrà continuïtat al llarg del curs 2017-2018. (Mínim, 5 alumnes)

Preu soci: 48 euros (el trimestre: octubre, novembre, desembre)

Preu simpatitzants: 59 euros (el trimestre: octubre, novembre, desembre)

Horari: Dimecres, de 11:30 a 13:00 hores.

3r. CURS D'ANGLÈS (Nivell mitjà) - Curs amb professora nativa. Aquest curs va destinat a persones que ja tenen certs coneixements d'anglès i volen continuar aprenent. Caldrà comprar el llibre que indiqui la professora. Aquest curs tindrà continuïtat al llarg del curs 2017-2018. (Mínim, 5 alumnes)

Preu soci: 48 euros (el trimestre: octubre, novembre, desembre)

Preu simpatitzants: 59 euros (el trimestre: octubre, novembre, desembre)

Horari: Dilluns, de 11:30 a 13:00 hores.

4t. CURS D'ANGLÈS (Nivell avançat) - Curs amb professora nativa. Aquest curs va destinat a persones que ja tenen prou fonaments d'anglès i volen millorar-los. Caldrà comprar el llibre que indiqui la professora. Tindrà continuïtat al llarg del curs 2017-2018. (Mínim, 5 alumnes)

Preu soci: 48 euros (el trimestre: octubre, novembre, desembre)

Preu simpatitzants: 59 euros (el trimestre: octubre, novembre, desembre)

Horari: Dilluns, de 10 a 11:30 hores.

FRANCÈS (Nivell conversa) – Curs amb professora nativa

Horari: Dimarts, de 11:30 a 13:00 hores.

ARTS ESCÈNIQUES – MÚSICA - BALL

TALLER DE TEATRE – Aquest curs va dirigit a tota la gent a la que li agrada el teatre. Gent que a pogut fer teatre o bé que no ha tingut oportunitat de fer-ne i creu que ara és el moment. Es treballarà la dicció, el moviment escènic, la memòria i tot el que comporta el teatre. També es donarà l'oportunitat de sortir en els Pastorets que organitza el Centre. A final del curs 2016-2017 es farà un tast de les activitats fetes durant el curs. (Mínim, 5 alumnes)

Preu soci: 48 euros (el trimestre: octubre, novembre, desembre)

Preu simpatitzant: 59 euros (el trimestre: octubre, novembre, desembre)

Horari: Dimecres, de 11:00 a 12:30 hores.

MÚSICA - Les matèries es podrien emmarcar genèricament en un bloc de Llenguatge musical: Alçada i durada: lectura de notes i ritme, el pentagrama i les claus de lectura, escales. Modes major i menor. Alteracions i armadures, intervals, accords i harmonia. (Mínim, 5 alumnes)

Preu soci: 48 euros (el trimestre: octubre, novembre, desembre)

Preu simpatitzant: 59 euros (el trimestre: octubre, novembre, desembre)

Horari: Dimarts, de 10 a 11:30 hores.

COUNTRY – El Country és un gènere musical sorgit durant els anys 20 del segle passat en les regions rurals del Sud dels Estats Units. Es tracta de música purament folklorica amb arrels irlandeses, de blues, Nashville i gospel. Sense necessitat de parella, gaudiràs de la música i al mateix temps faràs exercici físic i mental, memoritzant diferents coreografies. (Mínim, 5 alumnes)

Preu soci: 48 euros (el trimestre: octubre, novembre, desembre)

Preu simpatitzant: 59 euros (el trimestre: octubre, novembre, desembre)

Horari: Dilluns, de 10 a 11:30 hores. (nivell inicial)

Horari: Dilluns, de 11:30 a 13 hores. (primer nivell)

MANUALITATS, INFORMÀTICA I TELÈFONS

PATCHWORK – El patchwork és una tècnica que consisteix en unir trossos de roba entre sí, units amb “puntades” a mà o a màquina de cosir, per tal de formar un disseny determinat (flors, estels, figures geomètriques, etc..). Per a la seva terminació és necessari un farcit i una tela pel darrera. Per unir aquestes tres capes es fa un cosit amb puntades petites a mà o a màquina, seguint un disseny determinat o seguint les costures d’unió dels trossos. Aquests tipus de labors, tenen el seu origen al Nord d’Àfrica, Turquestan, Pèrsia, Xina o Índia. Però el millor és fer-lo de la mà de la nostra professora. S’haurà de portar el material que indiqui la professora. (Mínim, 5 alumnes)

Preu soci: 48 euros (el trimestre: octubre, novembre, desembre)

Preu simpatitzant: 59 euros (el trimestre: octubre, novembre, desembre)

Horari: Dilluns, de 10:30 a 12 hores.

TELÈFONS MÒBILS I TABLETS – Si el teu telèfon mòbil és un gran desconegut per tú i no pares de barallar-te amb les aplicacions de la teva tablet, aquest és el curs ideal. T’iniciarem en el món d’aquests dos aparells perquè ja mai més siguin un misteri. (Mínim, 5 alumnes)

Preu soci: 48 euros (el trimestre: octubre, novembre, desembre)

Preu simpatitzant: 59 euros (el trimestre: octubre, novembre, desembre)

Horari: Dimarts, de 10 a 11:30 hores.

INFORMÀTICA BÀSICA– En aquest curs d’informàtica treballarem els propers trimestres. Aprendre les funcions bàsiques d’un ordinador i les tècniques de diferents programes informàtics bàsics, com el Word, Excel, Outlook, Power Point etc... (Mínim, 5 alumnes)

Preu soci: 48 euros (el trimestre: octubre, novembre, desembre)

Preu simpatitzant: 59 euros (el trimestre: octubre, novembre, desembre)

Horari: Dimarts, de 11:30 a 13 hores.

CREIXEMENT PERSONAL I SALUT

BODY MIND (Tai-chi, ioga, estiraments, ball, gimnàstica...tot en una mateixa activitat. El Body Mind és un mètode revolucionari del fitness modern, també conegut com a gimnàstica lenta o slow. Es caracteritza per ser una pràctica de fitness alternativa, que busca exercitar tan el cos com la ment.. Les seves principals influències són el ioga, el tai-chi, el pilates i la meditació. Ho has de provar per tal de quedar-ne captivat. (Mínim 5 alumnes)

Preu soci: 41 euros (el trimestre: octubre, novembre, desembre)

Preu simpatitzant: 54 euros (el trimestre: octubre, novembre, desembre)

Horari: Dimarts de 9:45 a 10:45 hores.

TALLER DE MEMÒRIA – Aquesta activitat és per facilitar el coneixement d'habilitats per prevenir i/o millorar les absències de memòria. Entrenar la memòria per tal d'enriquir la nostra vida quotidiana, la comunicació i la salut personal. Possibilitat de dos grups. (Mínim, 5 alumnes)

Preu soci: 48 euros (el trimestre: octubre, novembre, desembre)

Preu simpatitzant: 59 euros (el trimestre: octubre, novembre, desembre)

Horari: Divendres, de 10 a 11:30 hores. (primer nivell)

Horari: Divendres, de 11:30 a 13 hores. (nivell inicial)

TALLER DE CREIXEMENT PERSONAL – De vegades posem tanta atenció en la feina, els fills, la parella, que no ens parem a pensar en nosaltres mateixos. Però si nosaltres no estem bé, això afecta la qualitat de les nostres relacions amb el món. És important veure qui som, què volem i què necessitem. En aquest taller treballarem per afrontar problemes, prendre decisions, i conèixer les nostres virtuts i mancances. Això s'aconsegueix mitjançant dinàmiques, reflexions i altres eines pràctiques. Treballarem amb exercicis de relaxació, teràpia del riure, fantasies guiades, habilitats de comunicació, presa de decisions, dramatització terapèutica, art-teràpia, etc...(Mínim, 5 alumnes)

Preu soci: 41 euros (el trimestre: octubre, novembre, desembre)

Preu simpatitzant: 54 euros (el trimestre: octubre, novembre, desembre)

Horari: Dimecres, de 10 a 11 hores.