



CENTRE
CÍVIC
POBLENOU

10
ANYS

Activitats i Serveis

Octubre -
Desembre
2026



Ajuntament
de Pineda de Mar



El Centre Cívic Poblenou fa 10 anys!
Vine a celebrar-ho i a bufar les espelmes amb nosaltres!
T'esperem el dissabte **19 de setembre a partir de les 18 h**,
al carrer Pirineus, al costat del centre, per gaudir de la festa
d'aniversari, jocs infantils i música.

Deu anys de bon servei a l'abast de tota la ciutadania de Pineda de Mar

Enguany arribem al desè aniversari del Centre Cívic de Pineda de Mar, ubicat al barri de Poblenou. Aquest equipament ha estat un encert, vist deu anys després de la seva inauguració, i ja vaticino que ho seguirà sent al futur.

Al llarg de tot aquest període s'ha demostrat que s'ha assolit, amb escreix, l'objectiu inicial: posar a disposició de la ciutadania de Pineda de Mar un bon equipament municipal, modern i equipat tecnològicament, que fos transversal, participatiu, i que ofereixi un bon servei públic de proximitat.

El Centre Cívic, a dia d'avui, gaudeix d'una salut incontestable. 19.500 persones han gaudit d'un ampli ventall d'activitats, les quals en aquests deu anys, han superat el miler. Enumerar-les totes significaria fer un llistat inacabable. Actualment hi ha una desena d'entitats residents que hi organitzen tallers.

Per tant també podem dir que el seu efecte vertebrador a Pineda i al barri de Poblenou, on està ubicat, també s'ha assolit sobradament.

També en aquests deu anys del Centre Cívic s'hi han establert Serveis Municipals, i també ha estat espai d'acolliment d'activitats de regidories de l'Ajuntament i d'altres entitats locals: Educació, Cultura i Participació, Joventut, Serveis Socials, Salut, Gent Gran, SAI i SIAD, Centre Obert la Baldufa, AFAS dels centres educatius del barri de Poblenou, Escola d'Adults, Àrea Bàsica de Salut de Pineda, Mostra Nacional de Teatre Amateur, entre d'altres.

Que per molts més anys podem seguir gaudint i celebrant aniversaris del nostre Centre Cívic.

Sílvia Biosca Estopà
Alcaldessa de Pineda de Mar



Serveis

Informació i acollida // Tot el que necessites saber sobre l'activitat del Centre Cívic Poblenou, així com d'altres informacions municipals d'interès general. T'atendrem personalment, per telèfon o per correu electrònic.

Assessorament a grups i associacions // Tens dubtes sobre tràmits relacionats amb el món associatiu? Et donem un cop de mà. Pots demanar informació per correu electrònic o concertant una entrevista personal.

Cessió i lloguer d'espais per a entitats // Espai per a la realització de reunions, conferències, trobades, etc. Pregunta al taulell d'informació com has de fer la sol·licitud.

Punt d'intercanvi de llibres // Volem ajudar a donar una nova vida als llibres, així com contes per a infants i joves. Per això, facilitem un espai per intercanviar els vostres llibres pels dels altres lectors i lectores del municipi.

Armariets // Servei d'armariets gratuïts per si necessites guardar el material pels cursos.

Serveis Socials d'Atenció Primària // Horari d'atenció: de dilluns a dijous de 9 a 13 h. Dimecres de 15 a 18 h.

Servei d'exposició // Servei de cessió d'espais a particulars, per a exposicions o mostres. Per a sol·licitar l'espai, vine i pregunta per les condicions, t'informarem dels criteris d'admissió.





Cursos i Tallers

Salut i creixement personal

Als fogons!

Expressió i Creativitat

Expressió i Dansa

Música

Recursos

Activitats infantils i juvenils

Càpsules

Activitats obertes i complementàries



Salut i creixement personal

KUNDALINI IOGA

Durant les sessions de kundalini ioga es fa un treball dirigit tant al cos com a la ment. Al nostre cos l'energia es mou a través de canals anomenats «nadis». Perquè l'energia flueixi, s'utilitzen diverses tècniques, algunes molt característiques com la «respiració de foc», i d'altres més comunes en els diversos tipus de ioga, com les asanas o postures, els mudras o gestos amb les mans i mantres.

Cal portar una estoreta, una petita manta i un coixí.

Dilluns, del 19 d'octubre al 14 de desembre, de 18.45 a 20.15 h - 8 sessions

Preu: 15 euros; 13 euros per a més joves de 16, majors de 65 anys i persones amb una discapacitat igual o superior al 50% reconeguda.

A càrrec de Sílvia Márquez

TAI-TXI / TXI-KUNG

El taitxí i el txikung és una pràctica mil·lenària de la Medicina Tradicional Xinesa, que harmonitza el cos i la ment mitjançant moviments suaus, respiració conscient i enfocament mental. Una opció relaxant i saludable per a millorar l'equilibri, la flexibilitat, la força muscular i la salut en general.

Cal portar roba còmoda i mitjons.

Dilluns, 5 d'octubre al 14 de desembre, d'11 a 12 h - 9 sessions

Preu: 15 euros; 13 euros per a més joves de 16, majors de 65 anys i persones amb una discapacitat igual o superior al 50% reconeguda.

A càrrec de Cristina Molina

GIMNÀSTICA CORRECTIVA - TARDES

En aquest curs, farem estiraments, enfortirem la nostra musculatura i, així, millorarem la nostra postura. A més, treballarem la coordinació mitjançant coreografies senzilles.

Cal portar: roba còmoda, estoreta i tovallola.

Dilluns i dimecres, del 5 d'octubre al 16 de desembre de 16.30 a 17.30 h

Preu: 36 euros

Quota de soci: 20 euros anuals i 15 euros anuals (pensionistes)

A càrrec d'Assumpta Cantal

Organitza: Associació de Dones Pinedenques

GINNÀSTICA CORRECTIVA - MATINS

Partim de la base que el benefici psicològic que tota activitat física reporta a l'individu. En aquest sentit, no és una moda, és una necessitat. Així, amb aquesta gimnàstica, enfortirem la musculatura i recuperarem la flexibilitat tot corregint l'estàtica defectuosa, ja sigui cervical, dorsal o lumbar.

Cal portar: roba còmoda, estoreta i tovallola.

Dimarts i dijous, del 1 d'octubre al 17 de desembre de 10 a 11 h

Preu: 36 euros

Quota de soci: 20 euros anuals i 15 euros anuals (pensionistes)

A càrrec de Pilar Ucar

Organitza: Associació de Dones Pinedenques

GINNÀSTICA PASSIVA

L'objectiu d'aquestes sessions és treballar tots els músculs, amb material o sense, de manera que es tonifiquin tots els grans grups musculars amb la intensitat que cada alumne requereixi. També es realitzaran estiraments i es treballarà la flexibilitat, sobretot, tenint en compte la reeducació postural.

Cal portar: roba còmode, estora i tovallola.

Dimarts i dijous, de l'1 d'octubre al 17 de desembre de 16.30 a 17.30 h

Preu: 36 euros

Quota de soci: 20 euros i 15 euros anuals (pensionistes)

A càrrec d'Assumpta Cantal

Organitza: Associació de Dones Pinedenques

HATHA IOGA

Al hatha ioga es treballa des del moviment del cos (postures) i la respiració per connectar amb nosaltres mateixos, trobant el nostre equilibri i harmonia. Realitzar i conèixer el ioga és obrir un parèntesi dins la rutina, mitjançant el treball amb el cos, la ment i l'energia per donar permís al descans i a la relaxació.

Es treballa la flexibilitat, la força i l'equilibri amb el cos. Amb la ment, treballem el calmar-la i poder gaudir de tots els moments presents.

Cal portar una estoreta, una petita manta i un coixí.

Dimarts, del 6 d'octubre a l'1 de desembre, d'11.15 a 12.15 h - 9 sessions

Preu: 15 euros; 13 euros per a més joves de 16, majors de 65 anys i persones amb una discapacitat igual o superior al 50% reconeguda.

A càrrec de Cristina Ishwari Yoga

TALLER DE RELAXACIÓ

En aquest taller practicarem diverses tècniques de respiració. Gaudirem del nostre Ser posant l'atenció dins nostre i utilitzarem diferents tècniques de respiració i relaxació; tan asseguts, estirats i en moviment, i descobrirem quina és la que més s'adapta a nosaltres, i així sabrem en quina ens sentim més còmodes.

Dimecres, del 7 d'octubre al 16 de desembre 19 a 20 h

Preu: Aportació conscient.

Cal portar: petita manta i mitjons.

A càrrec de Juli Murillo Arazo

Organitza: Banc del Temps



Als fogons!

ALIMENTA'T AMB SALUT

Un taller pràctic per descobrir el plaer de cuinar de manera saludable, equilibrada i sostenible. Elaborarem receptes amb ingredients de temporada com la carbassa, el moniato, els bolets o les cols.

Al llarg de cinc sessions participatives, aprendrem a preparar propostes per a esmorzars, dinars i sopars, incorporant recursos senzills per cuidar l'alimentació en el dia a dia, posant en valor la relació entre allò que cuinem i el nostre benestar.

Dimarts, del 3 de novembre a l'1 de desembre, de 18.30 a 20 h - 5 sessions

Preu: 30 euros; 28 euros per a més joves de 16, majors de 65 anys i persones amb una discapacitat igual o superior al 50% reconeguda.

A càrrec de Platets de colors

CUINA TRADICIONAL

Taller de cuina pràctica on ens ensenyaran a cuinar els plats de tota la vida.

Cal portar: davantal i carmanyola.

Divendres, del 2 d'octubre a l'11 de desembre de 10 a 12 h

Preu: 25 euros amb un suplement del material (el cost dels ingredients anirà a càrrec dels participants i es concretarà després de cada sessió).

Quota de soci: 15 euros anuals i 13 euros (pensionistes i persones amb discapacitat)

A càrrec de Fina Segura

Organitza: ArtxArt



Expressió i Creativitat

GANXET

Vols aprendre a fer punt de ganxet? Si vols aprendre des de 0 o practicar noves tècniques aquest és el teu taller. La idea és compartir coneixements, conversar i en definitiva, gaudir d'una estona d'oci.

Cal portar agulles, fils i llanes.

Dilluns, del 5 d'octubre al 14 de desembre de 18 a 19.30 h

Preu: 25 euros

Quota de soci: 15 euros anuals i 13 euros (pensionistes i persones amb discapacitat)

A càrrec de Rosario Lozano

Organitza: ArtxArt

TASTET D'ART: LLAPIS I GRAFIT

En aquest taller explorarem com la llum i les ombres poden transformar un dibuix i donar-li profunditat, volum i realisme. Aprendrem a treballar els degradats i les diferents intensitats del grafit, practicant el pas subtil del clar al fosc per aconseguir efectes més expressius i tridimensionals. També descobrirem les possibilitats creatives del grafit en pols i les tècniques de treball al negatiu.

Cal portar grafit, llapis HB i 2B i goma d'esborrar.

Dimarts, del 13 d'octubre a l'1 de desembre, de 10 a 11.30 h - 8 sessions

Preu: 26 euros; 24 euros per a més joves de 16, majors de 65 anys i persones amb una discapacitat igual o superior al 50% reconeguda.

Material inclòs (bloc de dibuix).

A càrrec de David Caro – Associació Acua

PATCHWORK (DOS GRUPS)

Curs d'introducció al Patchwork i a la combinació de diferents teles. Emporta't les teves creacions a casa!

Dimarts, del 6 d'octubre al 15 de desembre, de 18.30 a 20.30 h

Dimecres, del 7 d'octubre al 16 de desembre, de 16 a 18 h

Preu: 36 euros

Quota de soci: 20 euros anuals i 15 euros anuals (pensionistes).

A càrrec de Dolors Campos

Organitza: Associació de Dones Pinedenques

APRENDRE A COSIR AMB LA TEVA MÀQUINA PORTÀTIL

En aquest curs aprendràs a fer servir la màquina de cosir, utilitzar diferents accessoris i tipus de costura. A part d'això realitzarem costura creativa.

Cal portar la màquina de cosir, necesser amb tisores, regla, bolígraf per roba, teles (preferiblement blanca), llibreta, llapis, agulles de cap i de cosir. Per començar tela de 30x30 de cotó.

Dimecres, del 7 d'octubre al 16 de desembre, de 18.15 a 20.15 h

Preu: 36 euros

Quota de soci: 20 euros anuals (no pensionistes) i 15 euros anuals (pensionistes).

A càrrec de Tere Torrents

Organitza: Associació de Dones Pinedenques

PINTURA A L'OLI

Taller d'iniciació a la pintura a través de classes pràctiques que permeten a l'alumne conèixer les tècniques i els conceptes bàsics per poder desenvolupar la capacitat creadora de cadascú.

El primer dia de classe es concretarà el que cal portar.

Dijous, de l'1 d'octubre al 10 de desembre de 16 a 18 h

Preu: 36 euros

Quota de soci: 20 euros anuals art

A càrrec de Luisa Domínguez

Organitza: Associació de Dones Pinedenques

TALLER D'ESCRITURA CREATIVA: EINES PER CREAR

Escriure és una de les experiències creatives que ens permeten expressar allò que som essencialment. Per fer-ho, és necessari disposar d'un calaix personal de recursos que ens facilitin transitar aquest camí que va del món interior a l'exterior tot compartint els textos que elaborem.

Aquest curs et permetrà trobar recursos per tal de generar textos propis. Per fer-ho ens aproximarem a les arrels de l'escriptura i del procés creatiu. Cercant eines personals que ens permetin generar un món personal propi.

Dimarts, del 13 d'octubre al 10 de novembre de 19 a 20.15 h – 5 sessions

Preu: 15 euros; 13 euros per a més joves de 16, majors de 65 anys i persones amb una discapacitat igual o superior al 50% reconeguda.

A càrrec de Laura Velasco

TROBADA DE LABORS

Us agrada cosir, brodar, el punt de creu, fer mitja, tricot, puntes de coixí, etc? Voleu fer-ho en companyia? Ara hi ha un espai on té cabuda totes les labors i totes aquelles persones que vulguin intercanviar sabers i dubtes, un espai per a compartir. Taller autogestionat per les persones participants on estar acompanyat i col·laborar és la clau.

Divendres, del 2 d'octubre a l'11 de desembre de 10.30 a 12 h

Activitat gratuïta.

Activitat autogestionada



Expressió i Dansa

BALLS DE SALÓ

Aquest trimestre aprendrem ball de saló: merengue, salsa, tango, rumba, swing, bolero i molts més. Tant si vens sol, com en parella. Anima't a ballar. Cal portar roba còmoda.

Dilluns, del 5 d'octubre al 14 de desembre, de 17.30 a 18.30 h

Preu: 36 euros

Quota de soci: 20 euros anuals (no pensionistes) i 15 euros anuals (pensionistes).

A càrrec d'Assumpta Cantal

Organitza: Dones Pinedenques

SARDANES

Descobreix la tradició del ball català. Aprèn els passos en un ambient amigable i col·laboratiu. Experimenta la riquesa cultural a través de la música i el ball. Cal portar roba còmoda per ballar.

Dilluns, del 5 d'octubre al 14 de desembre de 19 a 20 h

Preu: 25 euros

Quota de soci: 15 euros anuals i 13 euros (pensionistes i persones amb discapacitat)

A càrrec d'Isidre Monclús

Organitza: ArtxArt

TEATRE (DOS GRUPS)

Iniciació al teatre per a joves i adults. Aprèn a interpretar i expressar-te per gaudir del teatre.

Dos grups:

Dimarts, del 6 d'octubre al 15 de desembre de 16.30 a 18.30 h

Dijous, del 8 d'octubre al 16 de desembre de 18.30 a 20.30 h

Preu: 35 euros

Quota de soci: 15 euros anuals i 13 euros (pensionistes i persones amb discapacitat)

A càrrec d'Aina Rite

Organitza: ArtxArt

RITMES TROPICALS

Aprèn a ballar des de zero ritmes tropicals que no passen de moda. Aquestes classes estan pensades per als qui vulguin iniciar-se en el món del ball i convertir-se en el rei o reina de la pista.

Dimecres, del 7 d'octubre al 2 de desembre, de 18.15 a 19.15 h - 9 sessions

Preu: 15 euros; 13 euros per a més joves de 16, majors de 65 anys i persones amb una discapacitat igual o superior al 50% reconeguda.

A càrrec de Carlos Emilio Mejias.

SEVILLANES (DOS GRUPS)

Entra en el món de les sevillanes aprenent a ballar els diversos passos en parella i en grup.

Cal portar: roba còmode per ballar. El primer dia es concretarà.

Dijous, de l'1 d'octubre al 17 de desembre

Nivell Iniciació de 18 a 19 h

Nivell mig de 19 a 20 h

Preu: 30 euros

Quota de soci: 15 euros anuals i 13 euros (pensionistes i persones amb discapacitat)

A càrrec de Jessica Peláez i Jesús Ramírez

Organitza: Art x Art



Música

GUITARRA (DOS GRUPS)

Taller amb dos nivells: iniciació, per a persones que volen començar des de zero, i mitjà avançat t, adreçat a qui sap fer acords i vol avançar en la tècnica.

Dimarts, del 6 d'octubre al 15 de desembre.

Nivell iniciació de 18.30 a 19.30 h

Nivell mitjà avançat de 19.30 a 20.30 h

Preu: 30 euros

A càrrec de Manuel Jiménez i Pere Marchan

Organitza: Associació Gitana de Pineda de Mar

TROMPETA - NIVELL INICIACIÓ

Si tens 12 anys o més i t'interessa aprendre a tocar la trompeta o algun altre instrument de vent, aquest és el teu taller.

Dimarts, del 6 d'octubre al 15 de desembre de 19.15 a 20.15 h

Activitat gratuïta

A càrrec de Toni Soldado



Recursos

CONNECTA'T: EL TEU PRIMER PÒDCAST

Obrim micro! Un espai creatiu, tecnològic i social dedicat a la creació d'un programa de ràdio digital en format pòdcast. Al llarg del curs, els participants us convertireu en guionistes, locutors i tècnics de so, transformareu records, anècdotes i opinions en petites càpsules d'àudio dinamitzades amb música i recursos sonors.

Els continguts estaran pensats per escoltar-se des del mòbil i compartir-se fàcilment per WhatsApp amb amics, familiars i grups de contacte.

Cal portar mòbil

Dilluns, del 5 d'octubre al 14 de desembre de 19.15 a 20.15 h - 9 sessions

Preu: 15 euros; 13 euros per a més joves de 16, majors de 65 anys i persones amb una discapacitat igual o superior al 50% reconeguda.

A càrrec de Marçal Mora

GRUPS DE CONVERSA

Practiqueu la conversa en un (o més d'un) dels idiomes que oferim.

Els grups de conversa són l'oportunitat ideal per parlar i escoltar en un ambient agradable, distès i respectuós.

Important: No són classes d'idiomes però cal tenir el nivell demanat pel bon funcionament de les sessions.

De l'1 d'octubre al 17 de desembre:

- **Xinès, nivell inicial avançat.** Dilluns, de 18 a 19 h
- **Alemany, nivell mitjà avançat.** Dilluns, de 19 a 20 h
- **Italià, nivell mitjà.** Dimarts, de 17 a 18 h
- **Català, nivell mitjà.** Dimarts, de 18 a 19 h
- **Francès, nivell mitjà.** Dimecres, de 17.30 a 18.30 h
- **Anglès, nivell *Intermediate*.** Dimecres, de 19 a 20 h
- **Anglès, nivell *Advanced*.** Dijous, de 17.45 a 18.45 h
- **Anglès, nivell *Advanced*.** Divendres, de 18.30 a 19.30 h

Preu: 10 euros (Quota única per al període octubre-juny per a un grup o més grups).

Organitza: Grups de conversa Poblenou

ESCOLA D'ESCACS

Si vols aprendre a jugar a escacs o perfeccionar la teva tècnica, vine!

Grups per nivells!

Divendres, del 2 d'octubre a l'11 de desembre de 17.15 a 19.30 h

Preu: 20 euros / activitat gratuïta per a socis

A càrrec de Josep Guevara i Borja Villar

Organitza: Club d'Escacs de Pineda de Mar



Activitats infantils i juvenils

ÀRAB PER A JOVES I INFANTS

Classe grupal per a reforçar l'idioma de manera lúdica i amb dos nivells d'aprenentatge.

Taller per a infants d'entre 6 i 16 anys.

Dimarts i dijous, de l'1 d'octubre al 17 de desembre de 17.15 a 18.30 h

Preu: 60 euros

A càrrec de Nazha i Amina

Organitza: Dones Africanes de l'Alt Maresme

JUGUEM A CUINAR

VEspecial "Receptes de personatges": cuina el menjar dels teus dibuixos animats preferits!

La lasanya del Garfield, els *dorayakis* del Doraemon, la *búrguer* de cranc d'en Bob Esponja, les *cookies* del Monstre de les Galetes... No t'ho perdis!

En aquest taller de cuina et sorprendràs, et divertiràs i aprendràs tècniques per elaborar plats exquisits i molt sans amb ingredients de temporada i molt variats.

Taller per a nens i nenes d'entre 6 i 12 anys.

Cal portar carmanyola i davantal.

Dimecres, del 28 d'octubre al 25 de novembre, de 17.30 a 18.45 h

- 5 sessions

Preu: 22 euros. Ingredients inclosos.

A càrrec de Míriam Perálvarez

TEATRE INFANTIL

Un espai per jugar, crear i expressar-se a través del teatre. Mitjançant jocs, improvisacions i dinàmiques teatrals, els participants desenvolupen la creativitat, la confiança, l'expressió corporal i el treball en equip, tot divertint-se. No cal experiència prèvia.

Dijous, de l'1 d'octubre al 17 de desembre de 17.30 a 18.30 h

Preu: 35 euros

Quota de soci: 15 euros anuals i 13 euros (pensionistes i persones amb discapacitat)

A càrrec d'Aina Rite

Organitza: Art x Art

DIVERMANETES

Es tracta de jugar, crear i divertir-nos. Cada dia serà una experiència i una aventura nova. Les manualitats mai han estat tan divertides. Que es preparin les famílies que s'omple la casa d'art!!

Cal portar una bata per no tacar-se.

Taller per a nens i nenes de 5 a 10 anys.

Divendres, del 2 d'octubre al 20 de novembre de 17.15 a 18.15 h - 8 sessions

Preu: 25 euros. Material inclòs.

A càrrec de Velina Nikolova Anastasova.

ESCOLA D'ESCACS

Si tens més de 6 anys i vols aprendre a jugar a escacs, vine!

Grups per nivells.

Divendres, del 2 d'octubre al 18 de desembre de 17 a 19.30 h

Preu: 20 euros / activitat gratuïta per a socis

A càrrec de Josep Guevara

Organitza: Club d'Escacs de Pineda de Mar



Càpsules

TALLER DE *BLOTTED LINE*

És una tècnica artística que combina el dibuix i el gravat. Va ser creada per Andy Warhol a la dècada de 1950 per als seus treballs publicitaris. Permet copiar un disseny diverses vegades creant una línia discontinua, imperfecta i amb una textura molt característica de l'estil Pop Art.

Cal portar taulell de dibuix LED (opcional) tinta xinesa, plometa, 2 fulls de paper vegetal.

// Dijous 26 de novembre de 18.15 a 20.15 h - 1 sessió

Activitat gratuïta amb inscripció a ccpoblenou@pinedademar.org fins a exhaurir l'aforament.

A càrrec de Fina Matamala i Mercè Arcal

SOMNIS, MÀGIA I ART EN FEMENÍ

Leonora Carrington i Remedios Varo van ser dues de les grans artistes del segle XX. Les seves obres, entre el surrealisme i el realisme fantàstic, ens transporten a universos plens de misteri, simbolisme i imaginació. A través de figures enigmàtiques i escenes oníriques, van crear un llenguatge propi que convida l'espectador a mirar més enllà del que veu i deixar-se portar per la màgia del seu món interior.

En aquestes dues càpsules, a més de conèixer la seva biografia, ens detindrem en l'anàlisi detallada d'algunes de les seves peces més emblemàtiques i conegudes, convidant als assistents a "sentir" l'obra, a interpretar-la, a desxifrar-la segons les emocions, records i memòries que afloren durant el silent procés de contemplació i interiorització d'una obra d'art.

// Dijous, del 12 al 19 de novembre, de 18.15 a 19.45 h - 2 sessions

Preu: 10 euros.

A càrrec d'Alicia Brosa – Associació Acua



Activitats obertes i complementàries

GRUP DE SUPORT A LA LACTÀNCIA MATERNA

Si tens un nadó i necessites compartir inquietuds envers la lactància, si estàs embarassada i tens pensat donar el pit o en tens dubtes, si vols compartir les teves experiències de lactància amb altres mares, dubtes, dolors, interessos, inquietuds... Aquest és el teu espai. Recorda, donar el pit no ha de fer mal.

Dijous, de l'1 de setembre al 17 de desembre de 10 a 11.30 h

Activitat gratuïta i sense inscripció.

A càrrec de Sara Berney, infermera de l'EAP Pineda de Mar - Consultori de Poblenu

XERRADES D'ALIMENTACIÓ COMPLEMENTÀRIA INFANTIL

Xerrades mensuals dirigides a famílies de lactants que estiguin a punt de fer els 6 mesos. Guiades per una Dietista-Nutricionista i una Infermera Pediàtrica sobre l'inici de l'alimentació complementària.

Divendres 18 de setembre, 9 d'octubre, 6 de novembre i 11 de desembre d'11 a 12 h

Activitat gratuïta.

Organitza: Servei de Promoció de la Salut de l'Ajuntament de Pineda de Mar

TALLER D'RCP PER A LACTANTS

Sessió pràctica de reanimació cardiopulmonar (RCP) i primers auxilis per aprendre a actuar davant d'una emergència en un nadó lactant. S'hi treballaran les maniobres bàsiques que poden ajudar en casos d'aturada cardiorespiratòria causada per accidents o algunes malalties. També s'explicarà com fer correctament les compressions toràciques, adaptades a l'edat del nadó.

Taller per a famílies amb infants de 0 a 3 anys

Divendres, 23 d'octubre de 18 a 20 h

Taller gratuït amb inscripció prèvia a ccpoblenu@pinedademar.org

Organitza l'Àrea de Promoció de la Salut

CICLE: PATERNITATS, CORRESPONSABILITAT I CRIANÇA

Grup adreçat a homes que estan esperant un fill o que tenen un infant menor de tres anys. L'objectiu principal de l'activitat és millorar la corresponsabilitat, en aquest moment d'inici de la paternitat, en el que les tasques de cura suposen una càrrega important per a les famílies.

S'oferirà una sessió prèvia de 2 hores per explicar als homes interessats en què consistirà l'activitat i com funcionarà el grup. Un cop constituït s'oferiran 6 sessions als pares o futurs pares interessats.

Taller per a famílies amb infants.

Dilluns 19 i 26 d'octubre, 2, 9, 16, 23 i 30 de novembre de 16.30 a 18.30 h

Taller gratuït amb inscripció prèvia a ccpoblenou@pinedademar.org

Organitza Servei d'Igualtat

EXPOSICIÓ DE FOTOGRAFIA: CARNAVAL

El carnaval esclata i els carrers s'omplen de colors. S'enlairen els confetis com ho fan les rialles. La música ressona, la gent muda de pell i, per un temps molt breu, el món es torna màgia.

Recull de fotografies realitzades pels components de l'entitat.

Del 5 al 23 d'octubre. Consulteu horaris de visita.

Activitat gratuïta

Organitza Fotògrafs de Pineda

EXPOSICIÓ GRÀFICA: 25 N

Mostra de les obres realitzades per l'alumnat de l'Institut Euclides amb motiu del 25N, Dia Internacional per a l'Eliminació de la Violència contra les Dones. Aquesta exposició de cartells i d'altres suports gràfics esdevé un espai de sensibilització, reflexió i reivindicació, on les creacions artístiques conviden a fer visibles les violències masclistes i a promoure una cultura basada en les cures, el respecte i la igualtat.

Consulteu dates i horaris de visita.

Activitat gratuïta

Organitza SIAD i l'Institut Euclides

FESTA D'HIVERN

Una trobada festiva per acomiadar l'any en bona companyia, amb la participació de les persones que formen part dels cursos i de les entitats residents.

Hi haurà exposicions dels tallers manuals i una mostra de les activitats de música per compartir tot el que s'ha fet al llarg del primer trimestre.

Finalment, hi haurà xocolata desfeta per a tothom!

Divendres, 18 de desembre a partir de les 17.30 h

Activitat gratuïta.

Organitza el Centre Cívic Poblenou i entitats.



Com inscriure't a una activitat del Centre Cívic Poblenou

Quan?

- Del 5 de setembre al 10 de setembre, preinscripcions per a residents a Pineda de Mar.
- El 14 de setembre, sorteig del número de tall (per adjudicar places).
- A partir del 24 de setembre, preinscripció oberta al públic general (segons places disponibles).

Primer cop al Centre?

Si no estàs donat/da d'alta perquè mai no has fet una activitat amb nosaltres (o ets tutor/a de menor), cal registrar-se **presencialment** i presentar la documentació per a possibles descomptes.

Què cal tenir en compte?

- Les places són limitades i **les persones residents a Pineda de Mar tenen prioritat**. L'adjudicació es fa mitjançant sorteig i no per ordre d'inscripció.
- Pots inscriure't a títol individual o amb agrupació familiar (fills, parella, pares) des de l'APP.
- Cada persona pot inscriure's com a **màxim a quatre activitats per trimestre**; si se supera aquest límit, s'anul·laran totes les inscripcions i es notificarà per correu electrònic.
- **El pagament s'ha d'efectuar dins del termini establert**; en cas contrari, perdràs la plaça i s'assignarà a la següent persona de la **llista d'espera**.

Normes importants

- La tercera absència no avisada comportarà la pèrdua de la plaça i la impossibilitat d'inscriure's a la mateixa activitat el trimestre següent.
- No es retorna l'import de la inscripció un cop començat el taller.
- No es retorna l'import de materials o ingredients si queda menys d'una setmana per iniciar el taller.
- El centre es reserva el dret de suspendre activitats per falta de participants o causes alienes a la nostra voluntat.
- No deixis material personal al centre. No ens en fem responsables. Tot el material s'ha de retirar en acabar l'última sessió.
- setmana per iniciar el taller.

Preus i descomptes

- Els preus dels tallers organitzats per l'Ajuntament, són públics (ordenança municipal) i inclouen descomptes, en funció del taller, entre el 10% i el 40% per a menors de 16 anys, majors de 65 anys o pensionistes i persones amb discapacitat igual o superior al 50% reconeguda per l'ICASS o l'INSS.
- Els preus i els descomptes de les activitats organitzades per les entitats els determina cada entitat i estan indicats a cada activitat.



Com fer la preinscripció amb l'APP Playoff

1. Una vegada ja estàs donat d'alta com a soci del CCP pots fer la preinscripció des de l'aplicació.
2. Des del teu dispositiu mòbil ves a App Store o Play Store i instal·la l'APP *PLAYOFF ENTIDADES*.
3. Obre l'App i inicia sessió o registra't, si és necessari.
4. Selecciona la teva entitat cercant CCP o Centre Cívic Poblenou.
5. Ves a Activitats i preinscriu-te a les que siguin del teu interès.
6. Una vegada adjudicades les places rebràs un mail amb les instruccions per continuar amb el procés.

En cas de dubtes posa't en contacte amb el personal del Centre Cívic que estarà encantat d'atendre't.



CENTRE
CÍVIC
POBLENOU

10
ANYS

Passeig Diputació, 8
[cantonada carrer Pirineus]
08397 Pineda de Mar

Horari d'atenció:

Matins / de dilluns a divendres
de 9.30 a 12.30 h

Tardes / de dilluns a dijous
de 16 a 20.30 h i divendres de 16 a 20 h

Tel. 93 767 15 60 (extensió: 6803)

ccpoblenou@pinedademar.org

www.pinedademar.cat



@centrecivicipoblenou



Ajuntament
de Pineda de Mar