



CULTURA A MONTORNÈS

CASAL DE CULTURA - BIBLIOTECA - OFICINA DE CATALÀ

PROGRAMACIÓ CURS 2015-16

INFORMACIÓ GENERAL

Les activitats tindran lloc sempre que s'arribi a un mínim d'inscrits (50% de l'oferta). Igualment, en finalitzar cada trimestre, en aquells tallers on es produeixin baixes més enllà del 50% de les places que s'ofereixen, l'Ajuntament es reserva el dret a considerar la continuació del taller.

CALENDARI CURS 2015-16

L'inici del curs serà el dilluns 5 d'octubre.

- 1r trimestre: del 5 d'octubre al 18 de desembre
- 2n trimestre: de l'11 de gener al 18 de març
- 3r trimestre: del 29 de març al 17 de juny

Tancament en dies festius: 11 i 21/09/15 (per Festa Major), 12/10/15 (Hispanitat), 30/11/15 (per Sant Sadurní) 08/12/15, 21 a 28/03/16 (per Setmana Santa),

1. PERÍODE DE PREINSCRIPCIONS

- Del 13 de juliol al 28 d'agost, a l'Oficina d'Atenció al Ciutadà de l'Ajuntament de Montornès del Vallès. De dilluns a divendres de 8 h a 15 h.
- Del 31 d'agost al 04 de setembre de 2015, al Casal de Cultura . De dilluns a divendres, de 16 a 20 h.

L'ordre de presentació de les preinscripcions no garantirà la plaça.

2. SORTEIG

El 14 de setembre, a les 19 h, es realitzarà al Casal de Cultura el sorteig de les places per a aquells tallers que tinguin més demanda que places.

Es donarà preferència a les persones empadronades a Montornès.

Per saber si teniu plaça al taller on heu fet la preinscripció, cal que consulteu les llistes de persones admeses, que es penjaran el 16 de setembre a la recepció del Casal de Cultura i al web municipal: www.montornes.cat.

3. FORMALITZACIÓ DE LES INSCRIPCIONS

Cal formalitzar les inscripcions al [Casal de Cultura entre el 16 de setembre i el 25 de setembre](#).

Per formalitzar les inscripcions caldrà aportar la documentació següent:

- Full d'inscripció (que se us entregarà al Casal de Cultura o bé us podreu descarregar del web www.montornes.cat)
- Fotocòpia del DNI/NIE.
- Fotocòpia del full del compte corrent on figuri el titular.
- A més, si es té dret a alguna bonificació, caldrà aportar una còpia del títol vigent.

En el cas de les inscripcions per als tallers infantils, a més caldrà aportar:

- Fotocòpies del DNI pare/mare o tutor/a legal.
- Fotocòpies de la targeta sanitària del/de la menor.

Cal tenir en compte:

- No s'agafarà cap inscripció incompleta (que no porti tota la documentació).
- En els cursos que quedin preinscrits en reserva, si hi hagués alguna baixa o es decidís ampliar les places del curs, se'ls trucarà, per si es volen inscriure, seguint l'ordre de reserva que ha establert el sorteig, del 28 de setembre al 2 d'octubre.

BONIFICACIONS (regulades per ordenança municipal):

- 25% de descompte sobre el preu de l'activitat i no acumulable.
- Tipus de bonificació: carnet jove, carnet de família nombrosa, carnet de família monoparental, certificat de la condició d'aturat/da vigent.

L'usuari/ària haurà d'aportar a la recepció del Casal de Cultura les renovacions dels documents que donen dret a bonificació. En cas contrari, es deixarà de bonificar el taller quan finalitzi la vigència.

- Es cobrarà una quota de 5 € en concepte de material fungible en aquells tallers que porten un asterisc (*). Aquesta aportació es carregarà en el cobrament de la primera mensualitat, i excepcionalment en una segona ocasió, sempre i que hagi transcorregut un mínim de 3 mesos de l'inici del taller.
- Els tallers es cobren a mes sencer mitjançant rebut domiciliat a mes vençut, en el núm. de compte bancari facilitat. Exemple: el rebut d'octubre es cobra a principis de novembre.

COM DONAR-SE DE BAIXA D'UN CURS?

La comunicació de baixa s'ha de sol·licitar al Casal de Cultura abans del dia 5 de cada mes (o el dia hàbil posterior, en cas que sigui festiu). No complir aquest requisit implicarà el cobrament del rebut del mes següent.

Si creieu que, després de donar-vos de baixa, se us ha cobrat un rebut indegudament, recomanem no tornar-lo, sinó que ho comuniqueu al Casal, on us informaran dels tràmits a seguir en aquest cas. La devolució d'un rebut pot suposar un increment de fins un 20% o l'inici d'un procés d'embargament.

Qualsevol situació no prevista serà resolta per l'entitat organitzadora.

	DATES I LLOC	DOCUMENTACIÓ
Preinscripcions	13/07 a 28/08 OAC (Ajuntament), de 8 a 15 h	Butlleta de preinscripció us facilitaran a l'OAC o podeu descarregar del web www.montornes.cat
	31/08 a 04/09 Casal de Cultura, de 16 a 20 h	Butlleta de preinscripció que us facilitaran al Casal de Cultura o podeu descarregar del web www.montornes.cat
Sorteig	14/09 Casal de Cultura, 19 h	Número de preinscripció
Exposició llistes	16/09 a 02/10 (Casal de Cultura i www.montornes.cat)	Número preinscripció
Formalització inscripcions	16/09 a 25/09 al Casal de Cultura, de 16 a 20 h	<ul style="list-style-type: none"> · Full d'inscripció (que se us entregará al Casal de Cultura o bé us podreu descarregar del web www.montornes.cat) · Fotocòpia del DNI/NIE. · Fotocòpia del full del compte corrent on figurei el titular. · A més, si es té dret a alguna bonificació, caldrà aportar una còpia del títol vigent. <p>En el cas de les inscripcions per als tallers infantils, a més caldrà aportar:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Fotocòpies del DNI pare/mare o tutor/a legal, · Fotocòpies de la targeta sanitària del menor
Possible repesca llistes d'espera	28/09 a 30/09 al Casal de Cultura, de 16 a 20 h	<ul style="list-style-type: none"> · Full d'inscripció (que se us entregará al Casal de Cultura o bé us podreu descarregar del web www.montornes.cat) · Fotocòpia del DNI/NIE. · Fotocòpia del full del compte corrent on figurei el titular. · A més, si es té dret a alguna bonificació, caldrà aportar una còpia del títol vigent. <p>En el cas de les inscripcions per als tallers infantils, a més caldrà aportar:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Fotocòpies del DNI pare/mare o tutor/a legal, · Fotocòpies de la targeta sanitària del menor
Inici dels tallers	05/10/15	

DANSES**Balls de Saló**

Conjunt de balls diferents que es ballen en parella, de manera coordinada i seguint el ritme de la música. Cal venir amb parella.

Dijous de 21.30 a 22.30 h - nivell inicial

Dijous de 20.30 a 21.30 h - nivell avançat

Preu: 10 €/mes

Balls llatins

Branca dels balls de saló on s'aprèn i es practica la batxata, la salsa, el rock'n roll i la roda cubana. Cal venir amb parella.

Dimarts de 20.30 a 21.30 h - nivell avançat

Preu: 10 €/mes

Balls en línia

Aprentatge de diferents coreografies, totes amb diferents estils i ritmes. Hi ha molts moviments de cames, voltes, desplaçaments i coordinació amb la resta del grup. No cal parella.

Dilluns de 20.30 a 21.30 h - Nivell inicial

Dimecres de 20.30 a 21.30 h - Nivell avançat

Preu: 10 €/mes

Dansa del ventre

S'aprenen els passos bàsics de la dansa del ventre mitjançant un treball corporal per prendre consciència del cos i poder treballar bloquejos personals. Alhora que se segueix la música es deixen enrere judicis i vergonyes, i la dansa esdevé una experiència alliberadora i divertida.

Dimarts de 19 a 20.30 h

Preu: 12 €/mes

ARTS I MANUALITATS PER ADULTS**Restauració de mobles i metalls***

Taller on l'usuari/ària pot reparar, transformar o entapissar les seves pròpies peces. Cal portar una bata i guants forts per treballar.

Dilluns de 19 a 21 h

Preu: 15,33 €/mes

Dimecres de 18 a 21 h

Preu: 23 €/mes

Ceràmica*

Es treballa el fang amb volum i pla. S'aprèn a fer esmalts i a personalitzar-los, a decorar les peces, a esgrafiar, a fer murals i bijuteria.

Dimarts de 19 a 21 h

Dijous de 19 a 21 h

Preu: 13€/mes

Pintura*

En aquest taller es practica:

Dibuix artístic: teoria i pràctica, amb llapis i carbonet, per adquirir els coneixements dels volums i descobrir el llenguatge del color.

Pintura: coneixements bàsics, tècniques pictòriques, profunditats amb el color.

Potenciació del desenvolupament de la pròpia personalitat a través de l'art!

Dilluns i dimecres de 15.30 a 17.30 h

Dimarts de 16 a 18 h

Dilluns i dimecres de 19 a 21 h

2 h per setmana: 13€/mes

Dimarts i dijous de 18 a 20 h

4 h per setmana: 24€/mes

ARTS I MANUALITATS PER INFANTS**Pintura infantil***

El taller intenta fomentar l'interès per l'art en els més petits. Es treballen tècniques bàsiques de pintura i dibuix (llapis, carbonet, aquarel·les, pintura al tremp, ...) sobre diferents suports. Es treballa seguint una metodologia lúdica i educativa.

Dilluns de 17.30 a 19 h (Edat 6 a 9 anys)

Dijous de 17.30 a 19 h (Edat 9 a 15 anys)

Preu: 10€/mes

Ceràmica infantil*

Es treballa el fang amb volum i pla. S'aprèn a fer esmalts i a personalitzar-los, a decorar les peces, a esgrafiar, a fer murals i bijuteria.

Dimarts de 17.30 a 19 h (Edat 5 a 12 anys).

Preu: 10€/mes

TECNOLOGIA**Fotografia digital****Nivell inicial:**

Introducció a la història de la fotografia. La càmera fotogràfica. Diafragma i profunditat de camp. Velocitat d'obturació i moviment. Sensibilitat ISO. Ajustaments i maneig de la càmera. Maneres d'enfocament. L'equip del fotògraf. La llum i el seu mesurament. El color i l'equilibri de blancs. Principis de composició. Es faran sortides fotogràfiques.

Dilluns de 19 a 21 h - Inicial

Preu: 16 €/mes

Nivell avançat:

Història de la fotografia. Conceptes bàsics. Ús de la càmera en mode manual. Il·luminació. Utilització del flaix extern. Utilització de diferents tècniques avançades i l'aplicació d'accessoris. Llegir l'histograma. Disparar en RAW. Revelar digitalment els arxius RAW. Fotografia nocturna. Blanc i negre. Tractament d'imatges. Projecte trimestral. Es faran sortides fotogràfiques.

Dimecres de 19 a 21 h - Avançat (cal haver fet el nivell inicial).

Preu: 16 €/mes

Informàtica

Curs general on es treballa tot allò relacionat amb el món de la informàtica: coneixement de l'ordinador i les seves parts, Internet com a eina de treball, de consulta i de comunicació, el correu electrònic com a mitjà de comunicació, etc.

Dilluns de 15.15 a 16.45 h - Mig / Avançat

Dimarts de 15.15 a 16.45 h - Mig

Divendres de 15.15 a 16.45 h - Inicial

TASTA

Cuina

Taller de cuina saludable de nivell d'iniciació, on s'elaboraran tant primers i segons plats, com postres.

De dimarts a dijous, de 19 a 21 h

Cada dia un grup

Preu: 20€/mes (inclou cost d'aliments)

Tast de vins (curs trimestral d'octubre a desembre)

Taller per endinsar-se en el món del vi i la seva cultura. Fent especial menció a la DO d'Alcella, es coneixeran i tastaran les diferents DO de Catalunya i Espanya, s'explicaran les característiques de cada varietat de raïm, amb vins negres, rosats, blancs i escumosos.

Divendres, de 19 a 20.30 h

Preu: 20 €/mes (inclou els vins a tastar)

SALUT

Gimnàstica hipopressiva per al reforçament del sòl pelvià per a dones

El sòl pelvià és una zona del cos habitualment desconeguda i sovint oculta, no obstant això una bona salut dels seus músculs és fonamental per totes les funcions corporals en què participen (continència urinària i fecal, defecació, relacions sexuals, suport de les vísceres pèlviques, part, i estabilitat lumbo pèlvica...). Aquest taller no és indicat per al període de la quarantena.

Dimecres, de 15.15 a 16.30 h

Preu: 11 €/mes

Pilates

Mètode de gimnàstica per estirar i enfortir el cos, que posa especial atenció en la simetria i l'alineació. Sis són els principis que defineixen aquest mètode: concentració, control, centre, fluïdesa, precisió i respiració.

També es treballen els abdominals hipopressius. No recomanat per a persones hipertenses, amb hèrnies abdominals, umbilicals, inguinals, ni per a dones embarassades o en quarantena.

Dilluns i dimecres de 15.15 a 16.30 h

Dimarts i dijous de 15.15 a 16.30 h

Dimarts i divendres de 15.15 a 16.30 h

Divendres de 15.15 a 16.30 h

Preu: 3 h per setmana: 20 €/mes

1.30 h per setmana: 11 €/mes

Ioga

El ioga és un exercici complet per al cos i la ment. Es treballa molt la respiració, la capacitat de concentrar-se i la relaxació.

Dilluns i dimecres de 17.30 a 19 h

Dilluns i dimecres de 19 a 20.30 h

Dimarts de 10 a 11.30 h

Divendres de 17.30 a 19 h

Preu: 3 h per setmana: 20 €/mes

1.30 h per setmana: 11 €/mes

Tai-txí

La pràctica del tai-txí a llarg termini té efectes favorables sobre la promoció del control i l'equilibri, flexibilitat i salut cardiovascular. Al taller, es practica el tai-txí i el "Qui-gong" i s'aprèn de forma progressiva.

Dijous de 17.30 a 19 h

Preu: 11 €/mes

Meditació

Es practiquen mantres, exercicis energètics, de respiració i relaxació.

Divendres de 19 a 20.30 h

Preu: 11€/mes

COSTURA

Taller de "patchwork"

El "patchwork" és la tècnica d'unir retalls de teles de diferents colors i textures formant figures geomètriques o dibuixos, que posteriorment es poden encoixinar per conformar mantes, cobrellits o robes. Els materials els ha de portar cada participant.

Dimarts de 19 a 20.30 h - Inicial

Preu: 10 €

Dimecres de 19 a 20.30 h - Avançat

Taller de costura creativa

Taller per aprendre a treure partit, de manera econòmica, a allò que ja tens però que potser no utilitzes. No cal saber cosir.

Dimecres de 17.30 a 19 h

Preu: 10 €

L'HORA DEL CONTE

Dilluns a les 18 h

TÀNDEM, CONVERSES EN ANGLÈS

Dimarts de 19.15 a 20.15 h. Cal Inscripció.

If you want to speak English well, you need to practice! In tandem you will find other people with the same goal. Every 10 minutes you'll change conversation partners. This will allow you to meet and talk to different people with a similar level of English to yours. Do not worry, there will be a teacher who can lend you a hand if you get stuck or need help. It will be fun, give it a go! Montornès Library, in collaboration with DEC idiomes.

PARLEM DE LLIBRES, TERTÚLIA LITERÀRIA

Primer dimecres de mes, a les 18 h. Cal inscripció.

Tertúlia literària coordinada per Dolors Taulats.

VOLUNTARIS PER LA LLENGUA

Dilluns, de les 15 h a les 18 h. Cal inscripció.

Racó reservat per als voluntaris de català, una zona còmoda.

CLUB DE LECTURA FÀCIL EN CATALÀ

Penúltim dijous de mes, a les 9.30 h. Cal inscripció.

Activitat adreçada a persones que volen millorar la comprensió lectora en català.

Inscripcions a: 93/568-65-30, b.montornes@diba.cat, facebook

CLUB DE LECTURA INFANTIL 8 A 12 ANYS

Primer divendres de mes, de les 17.30 a les 18.30 h Cal inscripció. Grup reduït.

Tertúlia conduïda per la Yolanda Martínez. Activitat dinàmica per fer venir ganes de llegir.

MEDITACIÓ EN FAMÍLIA INFANTS DE 5 A 9 ANYS

Dissabtes cada quinze dies, a les 11.30 h. Cal inscripció.

La Meditació i la relaxació són estats naturals de la ment accessibles a tothom, només cal una mica d'entrenament i pràctica. Aquesta capacitat és millorable amb la pràctica continuada. S'ha comprovat científicament que quan la meditació es torna un hàbit es poden obtenir molts beneficis: augment de l'autoestima, una millora de la gestió de les emocions, augment de la capacitat de concentració, de la interacció amb la resta de persones i fins i tot una millora de la salut.

Sessions disteses basades en el joc d'una durada de mitja hora. Els infants han de venir acompanyats d'almenys un adult. Es recomana venir amb roba còmoda i mitjons nets.

TERTÚLIA DE POESIA

Últim divendres de mes a les 18 h. Cal inscripció.

Una tertúlia que pretén posar en contacte el màxim de gent interessada en la poesia per analitzar-la, gaudir-la i recitar-la.

NASCUTS PER LLEGIR

Últim dimecres de mes, a les 17.30 h. Cal inscripció.

Contes menuts per a infants de 0 a 3 anys.

APUNTA'T A FER PUNT

El punt torna a la biblioteca, els dimarts de 15.30 a 18.45 h.

APRÈN A EMPRENDRE EN UN ENTORN FISCAL

Noves xerrades i tallers a l'octubre 2015

Formació per a emprenedors que volen millorar les seves habilitats per gestionar el seu propi negoci.

TOTES LES ACTIVITATS SÓN GRATUÏTES

Inscripcions a: 93/568-65-30, b.montornes@diba.cat



www.facebook.com/biblioteca.montornes

OFICINA DE CATALÀ DE MONTORNÈS DEL VALLÈS

CURSOS DE CATALÀ

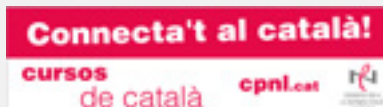
Vine i informa-te'n. Si no tens clar quin és el teu nivell, podem fer-te una prova de col·locació per determinar-lo.

Inscripció per a exalumnes: 14 de setembre de 10 a 13 h i 15 de setembre de 10 a 13 h.

Inscripció general: del 16 al 29 de setembre de dilluns a dijous de 10 a 13 h i de 16 a 19.30 h i divendres de 10 a 13 h. Inici dels cursos 30 de setembre.

Segon període d'inscripcions: del 8 al 16 de febrer de 2016.

Cursos adreçats a majors de 16 anys.



CLUB DE LECTURA FÀCIL

Obert a tothom. Organitzat conjuntament amb la Biblioteca de Montornès. El club està adreçat a persones que coneixen poc la llengua catalana i volen millorar-ne la comprensió lectora i l'expressió oral. Trobada a la Biblioteca un dijous al mes de 9.30 a 11 h. Inici 22 d'octubre.

VOLUNTARIAT PER LA LLENGUA

Voluntaris i voluntàries que parlen català dediquen una part del seu temps a conversar amb persones que comencen a parlar-lo. Pots informar-te'n a l'Oficina de Català i a la Biblioteca de Montornès.



ACTIVITATS DIVERSES

L'Oficina de Català organitza al llarg de l'any activitats cultural obertes a tothom. Pots seguir-nos a la nostra pàgina de Facebook i també a Twitter.

VI EDICIÓ DEL PREMI FONT DE SANTA CATERINA DE MICROCONTES DE MONTORNÈS

Concurs de microcontes, promogut per la Regidoria de Cultura i l'Oficina de Català de Montornès, adreçat a majors de 16 anys. Una petita història en només 750 caràcters. Tens temps per participar-hi fins al 23 d'octubre. Un premi de 350 euros al millor microconte i un accèssit de 150 euros. Consulta les bases al web municipal o a la base de dades de premis literaris del web de la Institució de les Lletres Catalanes www.lletrescatalanes.cat

HORARI DE L'OFICINA DE CATALÀ A PARTIR DE L'OCTUBRE

De dilluns a divendres de 10 a 13 h i dimarts i dijous també de 16.30 a 18.30 h

montornes@cpnl.cat

www.cpnl.cat



<https://www.facebook.com/oficina.catala.montornesdelvalles>



https://twitter.com/cpnl_Montornes



Ajuntament de
Montornès del Vallès

Més informació a www.montornes.cat


Casal de Cultura

Av. Mogent, 2
De dilluns a divendres
de 15 a 21 h
Tel. 93 572 17 19
casalcultura@montornes.cat



Can Parera, 34
De dilluns a divendres
de 15 h a 20.30 h
Dijous de 9.30 h a 13 h
Dissabtes: de 10 h a 13 h
(tancat del 21 de juny
al 27 de setembre)
Tel. 93 568 65 30
b.montornes@diba.cat




 Pàgina de Facebook
de la Biblioteca

Connecta't al català!

cursos de català cpnl.cat 

Av. Mogent, 2 (Casal de Cultura)
De dilluns a divendres de 10 a 13 h
dimarts i dijous de 16.30 a 18.30 h
montornes@cpnl.cat
www.cpnl.cat



 Pàgina de Facebook
de l'Oficina de Català