



TIC serveis

Durant tot el mes, de 19 a 20 h
Espai Jove Remolí

Support TIC i multimèdia

- Ofimàtica: **tots els dilluns**
- Curriculum creatiu: **tots els dimecres**
- Support a la creació digital: **divendres**

Per a algunes de les activitats el participant ha de portar el seu ordinador portàtil amb el programari instal·lat. Més informació al 93 372 97 06. No requereix inscripció prèvia. Dirigit a joves de 16 a 35 anys.



Esplujove tarda

Dimecres 26, de 18.30 a 20.30 h
Espai Jove Remolí

Creació de llaminadures

Les llaminadures agraden a tothom, fins i tot quan no hi ha més secret que una infusió ensucrada. Descobreix-ho! Dirigit a joves de 16 a 35 anys. Cal reservar plaça (*)

CANAL ESPLUJOVE
AL FACEBOOK
Connecta't-hi!

APEXETE
AL TWITTER!

esplujove@esplugues.cat

www.esplujove.net

TIC formació

Divendres 28, de 19 a 20.30 h
Espai Jove Remolí

Disseny Gràfic per a principiants: Canva

Vols dissenyar un cartell, un tríptic o potser una postal o la portada del Facebook? Segui el que sigui, vine i aprèn al Remolí l'aplicatiu online Canva i fes els teus dissenys propis. Dirigit a joves de 16 a 35 anys, cal reservar plaça (*)



Dimarts 25, de 19 a 20.30 h
Espai Jove Remolí

Disseny de pàgines web

Les pàgines web són una gran eina de publicitat per les petites empreses, tot nou empenedor ha de tenir una. Presentarem què són les pàgines webs, per què podem utilitzar-les i ensenyarem com crear-ne una. Vine i fes la teva web! Dirigit a joves de 16 a 35 anys, cal reservar plaça (*)

Espai Jove Remolí

Pl. Blas Infante s/n • Tel. 93 372 97 06
jove.remoli@esplugues.cat
De dilluns a divendres, de 17.15 a 21 h

(*) Per formalitzar la inscripció a les activitats pots fer-ho on-line al web www.esplujove.net, trucant al 93 372 97 06 (de dll. a dv., de 17.15 a 21 h) o enviant un correu electrònic a jove.remoli@esplugues.cat indicant el taller, nom i cognoms, edat i telèfon.

Sant Jordi a Esplujove!



Esplujove tarda (12-18 anys)

Dimecres 19, de 17.30 a 19 h

Espai Jove Remolí

Dracs i roses amb fondant

Per Sant Jordi podràs fer una figura amb fondant d'un drac i una rosa per a tu o per regalar. Dirigit a joves de 12 a 18 anys. Cal reservar plaça (*)



Esplujove tarda

Dijous 20, de 19 a 20.30 h

Espai Jove Remolí

Cupcakes de Sant Jordi

Vine i decora un *cupcake* amb motiu de Sant Jordi. Regala una rosa o un drac ben dolç! Dirigit a joves de 16 a 35 anys. Cal reservar plaça (*)



Esplujove nit

Divendres 21, de 21 a 23 h

Espai Jove Remolí

Pa i pastís de Sant Jordi

Podrem prendre nota de la recepta d'aquests dolços tan típics en aquesta Diada. Dirigit a joves de 16 a 35 anys. Cal reservar plaça (*)



Divendres 21, al matí

Residència Fèlix Llobet

Sant Jordi intergeneracional

Els alumnes de l'Institut Severo Ochoa visitaran la gent gran de la residència Fèlix Llobet i celebraran el Sant Jordi

Del 18 d'abril al 19 de maig, de 17.15 a 21 h

Oficina Jove d'Emancipació i Espai Jove Remolí

Del Saló de l'Ensenyament a Esplugues

T'apropem tota la informació recopilada al Saló de l'Ensenyament perquè puguis decidir el teu futur formatiu. A més a més, recorda que a la Oficina Jove tens un assessor especialitzat que et podrà ajudar. Informa-te'n!



Oficina Jove d'Emancipació

Casal de Cultura Robert Brillas
C. Àngel Guimerà, 36 • 661 987 690
jove.emancipacio@esplugues.cat
De dilluns a divendres, de 17 a 20 h

(*) Per formalitzar la inscripció a les activitats pots fer-ho on-line al web www.esplujove.net, trucant al 661 987 690 (de dll. a dv., de 17 a 20 h) o enviant un c/e a jove.emancipacio@esplugues.cat indicant el taller, nom i cognoms, edat i telèfon.



TALLER JOVE FORMATIU

Dijous 27, de 18 a 20 h

Oficina Jove d'Emancipació

Xerrada: Joves i drets laborals: T'explicuem tot el que cal saber!

En aquest taller t'explicarem que cal conèixer sobre els teus drets si treballes, com entendre una nòmina, els impostos que s'apliquen... i també les diferents modalitats de contracte actualment en vigor, els convenis laborals... Així com els darrers canvis en les prestacions per l'atur i/o subsidis. Dirigit a joves de 16 a 35 anys, cal reservar plaça (*)



TALLER MOBILITAT INTERNACIONAL

Dilluns 24, de 18 a 19.30 h

Oficina Jove d'Emancipació

Taller: 'Treballar a l'estranger'

T'agradaria treballar o fer pràctiques a l'estranger i no saps per on començar? T'explicarem quines són les oportunitats de treball i pràctiques a l'estranger, tant de curta durada com de llarga durada, i farem una reflexió de què s'ha de tenir en compte abans de marxar. Dirigit a joves de 17 a 30 anys. Taller gratuït, cal reservar plaça (*)



TALLER OCI JOVE

Divendres 28, de 19.30 a 21.30 h

Oficina Jove d'Emancipació

Taller d'automassatges

En aquest taller et donarem eines i recursos per poder fer-te petits massatges relaxants a casa. Incidirem amb els massatges craneo-facials. Apuntant-hi! Dirigit a joves de 16 a 35 anys, cal reservar plaça (*)

ESPORTS

Trobareu tota la informació dels partits que disputin les entitats esportives locals, cada cap de setmana a l'apartat de "Esports-Competicions esportives-Partits cap de setmana" de l'Ajuntament d'Esplugues i més concretament al següent link: <http://www.esplugues.cat/ambits/temes/esports/competicions-esportives>

Els equipaments esportius que hi podeu trobar són el següents:

CEM Les Moreres
Poliesportiu Municipal de Can Vidalet

Camp Municipal d'Esports Salt del Pi
Camp Municipal de Futbol El Molí

Tallers abril/juny

MÉS
INFORMACIÓ
www.esplugues.cat

ESPAI JOVE REMOLÍ

de 16 a 35 anys

- **Burlesque (+ 18)**
Dilluns, de 19 a 20.30 h
- **Zumba**
Dimarts i dijous, de 19.30 a 20.30 h
- **Massatge relaxant**
Dimecres, de 19 a 20.30 h
- **Italià**
Dimecres, de 18 a 19.30 h
- **Bollywood**
Dijous, de 20.15 a 21.45 h
- **Pilates + Hipo-pressius**
Divendres, de 19 a 20.30 h



OFICINA JOVE D'EMANCIPACIÓ

de 16 a 35 anys

- **Iniciació al francès**
Dilluns, de 19 a 20.30 h
- **Tai-txi**
Dimarts, de 19.30 a 21.30 h
- **Coaching personal**
Dimecres, de 19 a 20.30 h
- **Conversa en anglès**
Dijous, de 19 a 20.30 h
- **Cuina de temporada ***
Divendres, de 18.30 a 20.30 h

CASAL DE CULTURA ROBERT BRILLAS

A partir de 16 anys

- **Danses de l'Índia**
Dilluns, de 20 a 21.30 h

Inscripcions: del 24 d'abril al 4 de maig

Inici tallers: setmana del 8 de maig

Lloc:

- **Punt d'Atenció a la Ciutadania (PAC) Central.** Pl. Santa Magdalena, 24
- **Punt d'Atenció a la Ciutadania (PAC) Centre sociocultural Molí-Cadí.** Rambla Verge de la Mercè, 1
Tel. 900 300 082

Horaris:

De dilluns a divendres 8.30 a 18.30 h
També per internet a:
www.esplugues.cat

Preus:

- Joves de 16 a 35 anys: 18,40 €
(no residents: 47,19 €)
- Adults +35 anys: 59,70 €
(no residents: 75,73 €)
- (*) suplement de 15 €

Normativa inscripcions

- Els tres primers dies d'inscripció estan reservats a la ciutadania d'Esplugues.
- Si no s'arriba al 90% de la cobertura de les places, el taller pot quedar anul·lat
- L'organització es reserva el dret de modificació, previ avís
- No es retornarà la matrícula si no és per anul·lació del taller

ESCOLA MUNICIPAL DE MÚSICA

TALLERS TRIMESTRALS

Del 29 de març al 14 de juny
Tallers oberts: per inscriure-s'hi no és necessari ser alumne de l'Escola.

TALLERS EN FAMÍLIA

Per a infants (0-3 anys) en companyia de pares/mares.
Preu: 66 €

TALLERS TRIMESTRALS

En alguns no es requereixen coneixements previs de música
Preu: 72 € (no hi ha matrícula)

- **Guitarra amb acords (nivells 1, 2 i 3)**

- **Harmònica blues**
- **Informàtica musical**
- **Jazz improvisació**
- **Musicoteràpia**
- **Ukelele**

INSCRIPCIONS:

Escola Municipal de Música
Centre Municipal Puig Coca
Petit parc de l'Amistat, s/n
Tel 93 372 04 16
escolademusica@esplugues.cat

Horari:

Matins: dilluns i dimecres, de 10.30 a 14 h
Tardes: de dilluns a divendres, de 16 a 21 h
Més info: <http://www.espaidelesarts.esplugues.cat/musica/>

CIRD-VIL-LA PEPITA

Tallers dirigits a dones majors de 18 anys

De maig a juliol

- **Aprèn a fer servir el teu smartphone/tablet (continuació)**
Dl. d'11 a 12.30 h. Preu: 25,46 € (50,93 € no residents). Inici: 8 de maig

- **Esriptura creativa: imaginació i tècniques**
Dm. de 9.30 a 11.30 h. Preu: 27,16 € (47,53 € no residents). Inici: 9 de maig

- **Tertúlia literària: "La vida escrita per les dones"**
Dm. de 12 a 13.30 h. Preu: 20,37 € (35,65 € no residents). Inici: 9 de maig

- **Creixement personal (2 horaris)**
Dj. de 16 a 17.30 h o de 17.30 a 19 h
Preu: 33,62 € (61,12 € No residents). Inici: 4 de maig

INSCRIPCIONS: Del 24 al 28 d'abril, de dilluns a divendres, de 8.30 a 19 h, als

Punts d'Atenció a la Ciutadania (PACs)

Pl. Santa Magdalena, 24 i Rambla Verge de la Mercè, 1. Tel. 900 300 082



ESPAI MUNICIPAL DE LES ARTS

Centre Municipal Puig Coca Petit parc de l'amistat, s/n 4ª planta. ▪ Tel. 93 372 04 16

Inscripcions: del 18 al 28 d'abril.
Inici de classes: 18 d'abril.

ESPAI MUNICIPAL DE CERÀMICA

Cursos d'iniciació

- **Iniciació a la ceràmica I**
- **Iniciació a la ceràmica II**
- **Ceràmica per a nens i nenes**

Monogràfics especialitzats

- **Torn perfeccionament**
- **Iniciació al torn**
- **Coccions experimentals**
- **Coccions de tercer foc**
- **Construcció de forns**
- **Col·lades de diferents fangs**
- **Art per a infants i joves**
- **Decoració ceràmica**

Més info: <http://www.espaidelesarts.esplugues.cat/ceramica>

TALLER D'ART

- **Cera perduda**
- **Joieria i ceràmica**
- **Metall gravat**
- **Taller per a famílies (de 0-3 anys)**
- **Taller per a famílies (de 4-6 anys)**

ESCOLA MUNICIPAL DIBUIX I PINTURA

- **Dibuix i pintura de 7 a 11 anys**
- **Art per a joves de 12 a 16 anys**
- **Urban sketchers**
- **Tatoos sobre roba**
- **Nocions de retrat**
- **Gravat sobre roba**
- **Introducció a la pintura a l'oli**
- **Paisatge**
- **Introducció al dibuix i la pintura**

Més info: <http://www.espaidelesarts.esplugues.cat/pintura-i-dibuix>