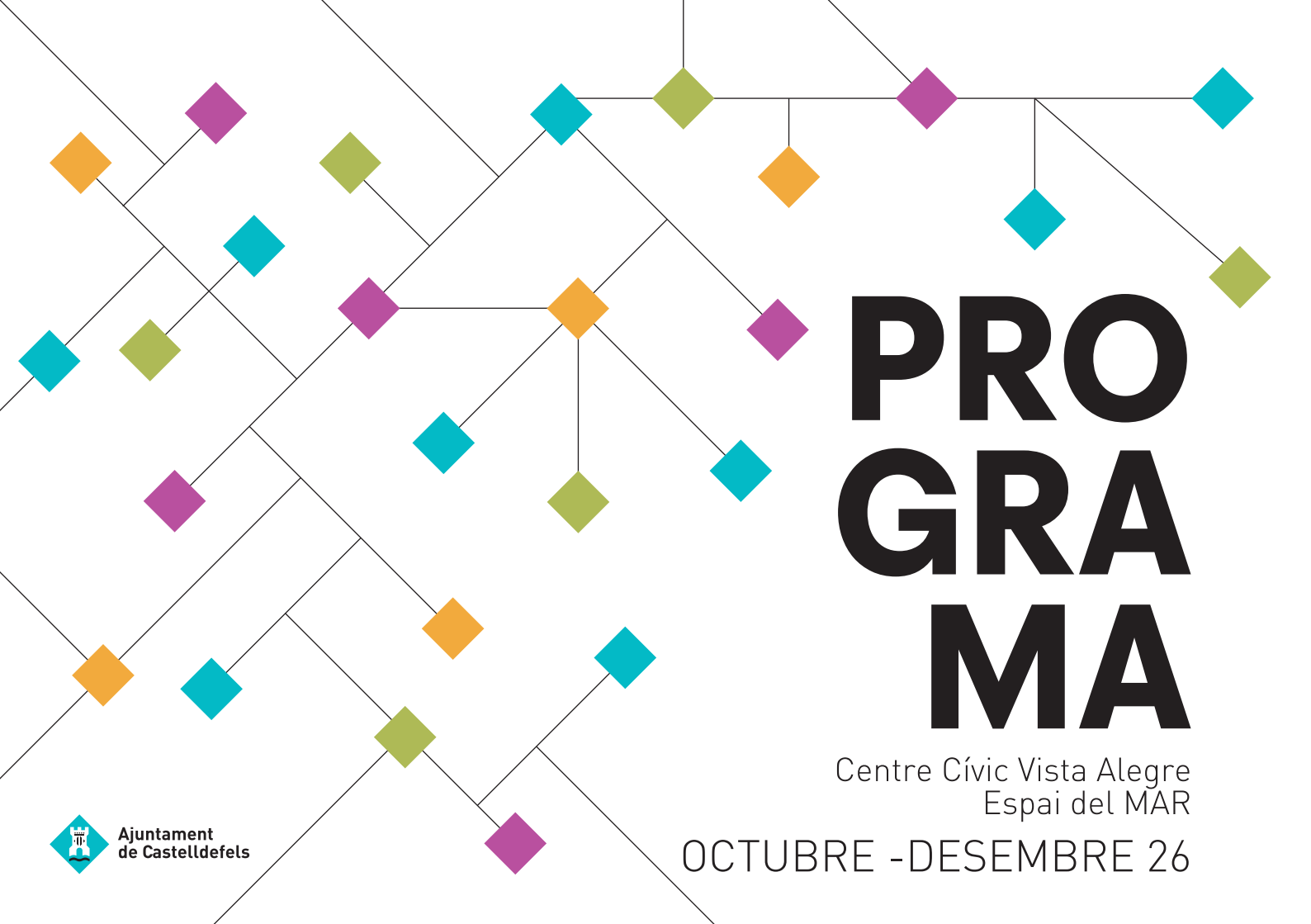




PRO GRA MA

Centre Cívic Vista Alegre
Espai del MAR

OCTUBRE -DESEMBRE 26



Ajuntament
de Castelldefels

Preinscripcions

Les preinscripcions de les activitats municipals, es faran mitjançant el formulari a la web municipal i presencialment a l'Espai del Mar i Centre Cívic Vista Alegre, a partir del dimarts 15 de setembre a les 10h.

Els cursos i tallers trimestrals començaran la setmana del 5 d'octubre. Les activitats puntuals ja porten la data incorporada.

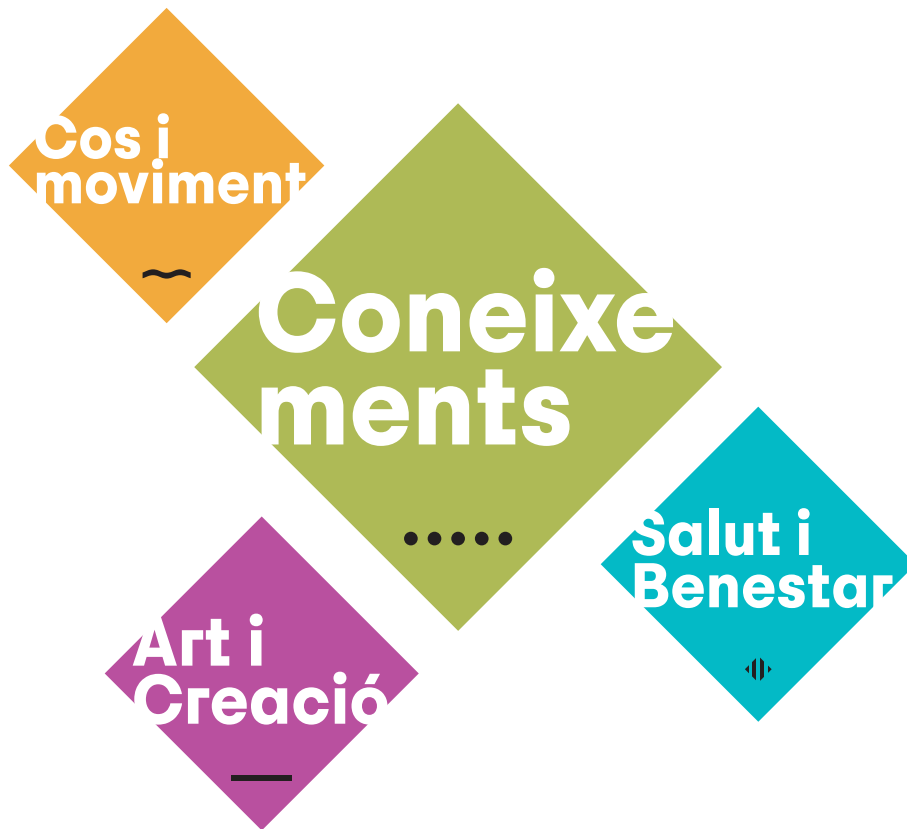
Per les activitats de les entitats caldrà posar-se en contacte directament amb cada una d'elles.

Recordeu que les places s'omplen per ordre d'inscripció i existeix una llista d'espera, per això us preguem que ens aviseu amb temps si no podeu assistir.

VISTA ALEGRE



ESPAI DEL MAR



L'Espai del Mar

És l'espai municipal de proximitat situat a la platja de Castelldefels, on pots trobar una oferta d'activitats, tallers i cursos per a tots els públics i un punt de trobada veïnal on promoure una ciutadania activa, per afavorir el desenvolupament del teixit social i comunitari del nostre entorn.

Contacte

On és l'Espai del Mar?
Al carrer 514, número 1

espai.delmar@castelldefels.org

Telèfon: 666 504 942

Quan trobar-nos?

De dilluns a divendres:

Matins de 10 a 14 h /

Tardes de 16 a 20 h

Dissabtes de 10 a 14 h

Centre Cívic Vista Alegre

És l'equipament municipal sociocultural de proximitat situat al barri de Vistalegre, on podeu realitzar activitats artístiques, lúdiques, esportives, formatives i tecnològiques, entre d'altres. Aquest espai també és un punt de trobada veïnal, que disposa d'una zona d'ús lliure per a la gent gran del barri i busca promoure la ciutadania activa i el desenvolupament del teixit social i comunitari de l'entorn.

Contacte

On és Centre Cívic Vista Alegre?
Al carrer Mansió, número 31

ccivicvistalegre@castelldefels.org

Telèfon: 671 06 57 58

Quan trobar-nos?

De dilluns a divendres:

Matí: de 10 a 14 h

Tarda: de 16 a 20 h

Entitats

Asociación poder de la mujer
aspomu.mujer@gmail.com

Associació ASAF
asoc.asaf@gmail.com / 649 458 921

Associació Artcon Espai de Creació
Artcon.Espai.Creacio@gmail.com

Associació Castelldefels Balla Country
countrycastelldefels@gmail.com

Associació DIVERTT
kasandraonda@hotmail.com

Associació de Gent Gran de Castelldefels
gentgrancastelldefels@gmail.com

Associació Musical de Castelldefels
jaume.masclans@enginyers.net

Associació de veïns de Vista Alegre
avvayc@gmail.com

Associació Rafael Casanova
casalrafaelcasanova@yahoo.es

Coral Margalló
coralmargallo@gmail.com

Entretambores
entretambores2022@gmail.com

Grup de Dones
info@grupdedones.com

Parc Sanitari de Sant Joan de Déu
vidaplena.castelldefels@gmail.com

Associació Casal Rafael Casanova
asociacion@casalrafaelcasanova.com

Xarxa d'Intercanvi de Coneixements
xarxacastell@gmail.com / 607507438



Segueix-nos a instagram per descobrir novetats i més activitats que anirem afegint: **@espaidelmar @centrecivicvistalegre**

Salut i Benestar



ESQUENA SANA

Horari: dilluns de 16:30 a 17:30 h

Lloc: Espai del Mar

Preu: 22€

Descobreix en 5 sessions com enfortir la teva musculatura abdominal i de l'esquena i com treballar-la de forma conscient i segura.

CHI-KUNG

Horari: Dimarts i dijous de 18 a 19 h

Lloc: Espai del mar

Horari: Dimecres i divendres 10:30 a 11:30 h

Lloc: Centre Cívic Vista Alegre

Espai dinamitzat per l'Associació ASAF

MENT ACTIVA, VIDA PLENA

Públic: majors de 55 anys.

Horari: dimarts de 10 a 11:30 h.

Lloc: Centre Cívic Vista Alegre.

Activitat per estimular la ment i el cos mitjançant les arts escèniques, dinàmiques divertides, fomentant l'agilitat mental i el benestar general en un ambient participatiu.

MOVIMENT CONSCIENT

Horari: dimarts 18:30 a 19:30 h

Lloc: Espai del Mar

Preu: 22€

Connecta amb el teu cos a través del moviment conscient i la respiració. Relaxa't, guanya vitalitat i troba l'equilibri.

IOGA

Espai dinamitzat per l'Associació de Veïns Vista Alegre

Horari: Dilluns i dimecres de 19 a 20 h

Lloc: Centre Cívic Vista Alegre

Espai dinamitzat pel Grup de Dones

Horari: Grup 1: Dilluns i divendres de 9:15 a 10:45 h.

Grup 2: Dimarts i dijous de 16 a 17:30 h

Lloc: Espai del Mar

Espai de cura dirigit per la Xarxa d'Intercanvi de Castelldefels.

Horari: dimarts de 11 a 13h.

Lloc: Espai del Mar

VIDA PLENA: ACTIVITATS COMUNITÀRIES PER A LA GENT GRAN

Lloc: Espai del Mar

- Parlem de la vida:
dilluns d'11:30 a 13 h

- Del cor a la ment:
dimarts d'11:30 a 13 h

- Vida digital: dimecres de 10 a 11:30 i d'11:30 a 13 h

- Exercici a la cadira :
dimecres de 10 a 11:30

- Musiquem/ Mindfulness:
dimecres de 16 a 17:30 h

- Compartim creant:
dijous d'11:30 a 13 h

IOGA I MEDITACIÓ

Espai de cura dirigit per la Xarxa d'Intercanvi de Castelldefels

Horari: dijous de 11.30 a 13.30 h.

Lloc: Espai de Mar.

PILATES

Horari: Dimarts i dijous de 17 a 18 h

Lloc: Centre Cívic Vista Alegre

Espai dinamitzat per l'Associació de Veïns Vista Alegre.

ADULTS

MANUALITATS AMB LA GENT GRAN

Horari: dijous de 16 a 17:30 h

Públic: majors de 60 anys.

Lloc: Centre Cívic Vista Alegre

Espai de convivència i creativitat que fomenta les relacions socials, l'intercanvi d'experiències i l'expressió artística.

TEATRE D'IMPROVISACIÓ PER LA LLENGUA

Horari: dilluns 10:30 a 12 h.

Públic: Persones majors de 18 anys

Lloc: Espai del Mar

Preu: 28€

Practica les llengües del país d'una manera divertida! Mitjançant jocs teatrals i improvisació, guanyaràs fluïdesa, confiança i habilitats comunicatives.

CORAL MARGALLÓ

Horari: dilluns de 19.15 a 21.45 h.

Lloc: Centre Cívic Vista Alegre

Art i
Creació

IMATGES BRODADES

Proposta creativa que combina imatge i bordat. Transformarem una il·lustració o fotografia en una peça tèxtil personalitzada, incorporant textura, relleu i color mitjançant el fil.

Data: dijous 19 i 26 de Novembre

Horari: 18:00 a 20:30 h

Públic: majors de 18 anys .

Lloc: Centre Cívic Vista Alegre

PINTEM DAVANT EL MAR

Gaudeix de la pau i tranquil·litat de la creació...

Primer l'amor després la tècnica

Horari: dissabte 24 d'octubre 11:30 a 13:30 h

Públic: Persones majors de 18 anys

Lloc: Espai del Mar

Preu: 15€

TEATRE PER A GRANS I PETITS

Espai de teatre dirigit per l' Associació DIVERTT

Horari: dijous de 17 a 21 h

Lloc: Centre Cívic Vista Alegre

TEATRE PER LA GENT GRAN

Espai de teatre dirigit per la Xarxa d'Intercanvi de Coneixement

Horari: dimarts de 18:30 a 21 h

Lloc: Centre Cívic Vista Alegre

PINTURA PER GENT GRAN

Taller de pintura organitzat per l'Associació de Gent Gran de Castelldefels

Data: divendres 11 a 14 h.

Públic: Gent Gran.

Lloc: Espai del Mar

COSTURA I PATRONATGE

Diferents tallers organitzats per l'Associació Artcon Espai de Creació

Horari: de dilluns a divendres (matins i tardes)

Lloc: Centre Cívic Vista Alegre

ASSOCIACIÓ MUSICAL DE CASTELLDEFELS

Horari: dissabtes de 17:30 a 21 h

Lloc: Centre Cívic Vista Alegre

INFANTILS

ENS EMBRUTEM LES MANS



Públic: de 6 a 12 anys

Horari: Dilluns de 17 a 18:30h.

Lloc: Centre Cívic Vista Alegre

Un espai divertit i creatiu per a infants on explorarem les manualitats, pintura i molt més.

MÀSCARES PER HALLOWEEN

Horari: divendres dia 9 d'octubre de 18 a 20 h

Públic: de 8 a 12 anys

Lloc: Espai del Mar

Preu: 5€

Posa't la imaginació al cap! Crearem màscares sorprenents, plenes de colors, formes divertides i molta creativitat. Preparats per transformar-vos?

CONTES INFINITS

Horari: divendres 6 de novembre de 18 a 20h

Públic: 6 a 12 anys

Lloc: Espai del Mar

Preu: 5€

Descobreix la màgia del paper! En aquest taller crearàs un conte infinit plegant i decorant paper. Gira les seves cares i veuràs aparèixer noves escenes una vegada i una altra.

TALLER DE XAPES

Horari: dissabte 12 de desembre d'11 a 13 h

Públic: a partir de 6 anys

Lloc: Espai del Mar

Preu: 5€

Un taller creatiu on els infants personalitzaran complements únics per decorar motxilles, bosses i molt més.

Coneixements



INFANTIL

COM ESCRIURE LA TEVA PRÒPIA HISTÒRIA

Horari: dissabte 28 de novembre 11 a 13 h
Públic: a partir de 8 anys
Lloc: Espai del Mar
Preu: 5€

Inventa, imagina i crea!
En aquest taller aprendràs a escriure històries originals, donar vida als personatges i deixar volar la teva creativitat.

REFORÇ ESCOLAR



Horari: Dimecres i/o divendres de 17 a 18:30h.
Públic: de 6 a 12 anys (1r a 6é)

Lloc: Centre Cívic Vista Alegre

Activitat d'acompanyament als nens i nenes de primària, en la realització de les tasques escolars, i d'altres activitats lúdiques i comunitàries.

CUINA CREATIVA



Dies: 29 Octubre/ 26 Novembre/ 17 Desembre
Horari: 17 a 18:30h

Públic: de 6 a 12 anys
Lloc: Centre Cívic Vista Alegre

Un espai on aprendrem cuinar alguns plats i deixarem volar la nostra imaginació entre els fogons.

JOCS DE TAULA I ESTRATÈGIA

Horari: divendres i dissabte de 17 a 21 h

Lloc: Centre Cívic Vista Alegre
Espai dinamitzat per la Castell de jocs

ESCOLA BOSC

Horari: Dilluns de 17 a 18.30 h

Públic: infants de primària
Lloc: Centre Cívic Vista Alegre
Espai dinamitzat per l'Associació de Veïns Vista Alegre.

ADULTS

JOCS DE TAULA GENT GRAN

Públic: persones majors de 60 anys.
Horari: dimarts 18.30 a 20 h.
Jocs de taula per compartir una bona estona jugant.

LLENGUA DE SIGNES EN CATALÀ*

Horari: dijous 18 a 20 h.
Públic: Persones majors de 18 anys
Lloc: Espai del Mar
Preu: 28€

Descobreix la llengua de signes catalana! Aprendràs a comunicar-te amb gestos, expressions i vocabulari bàsic d'una manera divertida i participativa.

*data a concretar per la FESOCA

ESCAPEROOM

Horari: divendres d'octubre de 18 a 20 h.
Públic: Persones majors de 18 anys
Lloc: Espai del Mar
Preu: 5€

Què ha passat a l'Espai del Mar?
En aquest escaperoom hauràs de resoldre enigmes, seguir pistes i treballar en equip per descobrir el misteri.

CREACIÓ D' ESPELMES

Data: divendres 9 d' Octubre
Horari: 18 a 20 h.
Públic: majors de 18 anys
Lloc: Centre Cívic Vista Alegre
Taller on descobriràs com elaborar espelmes artesanals pas a pas. Una experiència creativa per jugar amb aromes, colors i formes i crear peces úniques.

JARDÍ ETERN

Horari: dissabte 7 de novembre d'11 a 13 h
Públic: Persones majors de 18 anys
Lloc: Espai del Mar
Preu: 15€
Crea el teu propi jardí etern!
Farem una composició floral única que conservaràs per sempre, plena de color, creativitat i natura

SABONS ARTESANALS

Data: divendres 13 de Novembre
Horari: 18 a 20 h.
Públic: majors de 18 anys.
Lloc: Centre Cívic Vista Alegre
Descobreix l'art dels sabons artesanals, crea peces úniques amb aromes naturals i comparteix una estona creativa

CENTRES DE TAULA

Horari: dissabte 19 de desembre d'11 a 13 h.
Públic: Persones majors de 18 anys
Lloc: Espai del Mar
Preu: 15€
Dóna un toc natural al Nadal! En aquest taller crearàs un centre de taula amb elements naturals, perfecte per decorar casa teva durant les festes.

ADULTS

ACTIVA'T GENT GRAN!

Horari: dilluns 16 a 18 h

Públic: persones majors de 60 anys.

Lloc: Centre Cívic Vista Alegre

Activitat per treballar la motricitat i l'activació mental en grup.

SALUT I DIVERSIÓ

Horari:

Grup 1: dimarts de 15:30 a 16:30 h.

Grup 2: divendres de 9.30 a 10:30 h.

Públic: persones majors de 60.

Lloc: Centre Cívic Vista Alegre

Programa d'activitats diverses perquè la gent gran gaudeixi fent una millora física i psíquica que els porti a una major qualitat de vida i a un major benestar.

FORÇA FUNCIONAL

Horari:

Grup 1: dimarts de 9:30 a 10:30 h. (+ 65 anys)

Grup 2: dimecres 18:30 a 19:30 h (18 a 65 anys)

Lloc: Espai del Mar

Preu: 22€

Activa el teu cos, guanya força i mou-te amb més energia. Entrena de manera divertida, millora la teva musculatura i supera't!

DEFENSA PERSONAL PER A DONES

Horari: dilluns de 18 a 19:15h

Lloc: Espai del Mar

Espai dinamitzat per l'ASPOMU.

DEFENSA PERSONAL PER A DONES

Horari: dissabte de 9 a 11 h

Lloc: Centre Cívic Vista Alegre

Espai de cura dirigit per la Xarxa d'Intercanvi de Castelldefels.

COUNTRY

Horari: dilluns dimecres i divendres de 19 a 21 h

Lloc: Espai del Mar i Centre Cívic Vista Alegre

Espai dinamitzat per l'Associació Balla Country

Horari: dimarts de 17 a 18:30 h

Lloc: Centre Cívic Vista Alegre

Espai dinamitzat per l'Associació Casal Rafael Casanova

ZUMBA®

Horari: Dimecres de 18 a 19 h

Lloc: Centre Cívic Vista Alegre

Espai dinamitzat per l'Associació de Veïns Vista Alegre

SEVILLANES

Horari: dijous de 19 a 21 h

Lloc: Espai del Mar

Espai dinamitzat per la Xarxa d'Intercanvi de Coneixements

BALLS DE SALÓ

Horari: dissabte de 19 a 21 h

Lloc: Espai del Mar

Espai dinamitzat per la Xarxa d'Intercanvi de Coneixements.



Cos i moviment

INFANTIL

TALLER CAPOEIRA

Taller puntual de capoeira per a infants, on descobriran aquest art que combina moviment, música i joc. Una activitat divertida per moure el cos, aprendre ritme i gaudir en grup.

Data: Dissabte 3 d'Octubre

Horari: 10 a 11:30 h.

Públic: a partir de 8 anys

Lloc: Centre Cívic Vista Alegre

TEIXIM CALIU

Projecte solidari de ganxet i llana per crear bufandes i cobre-mans destinades a persones grans de Castelldefels amb afecte i comunitat.

Dates: **Mesos d'octubre i novembre.**

Grup Espai del Mar:

Dimarts de 16 a 18h

Grup Centre Cívic Vista Alegre:

Dimecres de 16 a 18 h

Grups fixos d'entitats: **A consultar.**



**Ajuntament
de Castelldefels**



El Passaport Edunauta és un programa per reconèixer els aprenentatges que es fan més enllà de l'escola i construir més i millors oportunitats educatives amb els agents del territori.

+Info: www.passaportedunauta.cat

Vine a les activitats amb coet i porta el teu passaport!