

Agenda Cultural

1 mensaje

Palau-solità i Plegamans <cultura@palauplegamans.cat>
Para: AV CAN MAIOL <can_maiol@cimex-electronica.com>

16 de enero de 2025, 16:42

[Feu clic aquí per veure la versió html d'aquest butlletí](#)

[CONTACTE](#)

[TELÈFONS D'INTERÈS](#)

[MAPA WEB](#)

[IDENTIFICA'T](#)



Ajuntament de
**Palau-solità
i Plegamans**

dijous, 16 de gener de 2025
AGENDA CULTURAL



Activitats



9 d'octubre de 2024 / 28 de maig de 2025

Oxygen

Espai de trobada per cuidar-te, per mirar-te,
... adreçat a noies a partir de 12 anys.

Veure més



14 de novembre de 2024 / 24 d'abril de 2025

Espai Ben-estar

Espai de trobada dirigit a famílies de joves
adolescents on poder comprendre millor la
dimensió emocional de l'adolescent,...

Veure més



9 de desembre de 2024 / 25 de gener de 2025

Exposició Històries de vida

Si voleu tornar a veure l'exposició Històries
de vida, del projecte expositiu de La
Fresqueta sobre recuperació de la...

Veure més



18 de gener de 2025

Cicle Gaudí: Un lugar común

Fitxa tècnica: Direcció: Celia Giraldo
Guió: Celia Giraldo, Bianca Franceza
Productora: Escándalo Films, Escac...

Veure més



19 de gener de 2025

Programació Familiar: Lumière

Programació familiar a càrrec del Mag Txema Diumenge 19 de gener de 2025 a les 12:00 hores El preu de les entrades és de...

Veure més



24 de gener de 2025

Tarda de Jocs de Taula. Estratègia i diversió.

Si t'agraden els jocs de taula, t'esperem! Des de jugar x jugar ens han preparat una selecció de jocs per passar una tarda...

Veure més



25 de gener de 2025

NIT OPEN MIC

NIT OPEN MIC Vine a gaudir d'una nit de música i bon ambient ENTRADA GRATUÏTA

Veure més



26 de gener de 2025

Mostra de Teatre Amateur: PUTOS 60

L'Escotilló Mostra de Teatre Amateur presenta l'obra: PUTOS 60 A càrrec del grup ACTE de l'Hospitalet de Llobregat Diumenge...

Veure més



31 de gener de 2025

Teatre: MEUGENIO

PROGRAMACIÓ TEATRE SETEMBRE '24

- MAIG '25 MEUGENIO presenta:

"REubicando al GENIO" amb Toni Climent

Fitxa artística Autoria,...

Veure més



31 de gener de 2025 / 1 de febrer de 2025

SALA CORRAL: SRA.TOMASA (DJ Set)

PRIMERA CORRAL DE L'ANY Comença l'any i, amb ell, torna la Corral Us presentem el cartell del proper divendres 31 de gener 21:15...

Veure més



3 de febrer de 2025 / 21 de març de 2025

Domina la Logística

El Centre de Noves Oportunitats de Palau-solità i Plegamans (CNO) ha organitzat una nova formació pensada per ajudar als...

Veure més



15 de febrer de 2025

Cicle Gaudí: MARCO

Fitxa tècnica: Direcció: Aitor Arregi i Jon Garaño Guió: Jose Mari Goenaga , Jon Garaño , Jorge Gil Munarriz...

Veure més



28 de febrer de 2025

Tarda de Jocs de Taula. Estratègia i diversió

Si t'agraden els jocs de taula, t'esperem!
 Des de jugar a jugar ens han preparat una selecció de jocs per passar una tarda...

Veure més



28 de febrer de 2025

Teatre: MAL DE CORAÇON

PROGRAMACIÓ TEATRE SETEMBRE '24
 - MAIG '25 MAL DE CORAÇON -- una comèdia de Victoria Szpunzberg amb Júlia Barceló,...

Veure més



15 de març de 2025

Cicle Gaudí: El 47

Fitxa tècnica: Direcció: Marcel Barrena
 Guió: Marcel Barrena i Alberto Marini
 Productora: THE MEDIAPRO STUDIO
 Intèrprets: Manolo:...

Veure més



1 de setembre de 2024 / 30 de juny de 2025

Cursos de Circ

Formació Regular de Circ de Setembre a Juny Dies: dimarts i dijous Lloc: Espai Jove l'Escorxador AERIS Dirigit a...

Veure més

**DIMARTS I
DIJOUS**

Joves/Adults
9.30H A 11.30H

Joves/Adults
18.30H A 20.30H

Curs regular basat en el treball del cos encarat a la pràctica de tècniques aèries, treballant així aspectes de potència física i elasticitat, i la part tècnica de cada element per aprendre seqüències, salts, pujades i baixades i poder desenvolupar rutines de forma autònoma.



1 de setembre de 2024 / 30 de juny de 2025

Circ: Curs de teles, trapezi i corda

AERIS: Curs de teles, trapezi i corda Curs basat en el treball del cos encarat a la pràctica de tècniques aèries, treballant...

Veure més

**DIMARTS I
DIJOUS**

Joves/Adults
8.30H A 9.30H

Les classes ofereixen una sèrie d'exercicis progressius i personalitzats a cada nivell enfocats a la millora de la flexibilitat, la força, la mobilitat, la funció muscular (potència i equilibri) i el tonus físic.

Desenvolupant tècniques de estirament i relaxació muscular, marcats de força, resistència i flexibilitat que ens ajuden a canviar hàbits de manera funcional.

Classe en petits grups.

Espai Jove l'Escorxador,
Plaça de la Font, 10



1 de setembre de 2024 / 30 de juny de 2025

Circ: Curs de flexibilitat i mobilitat activa

Curs de flexibilitat i mobilitat activa Les classes ofereixen una combinació d'exercicis progressius i personalitzats a...

Veure més

**DIMARTS I
DIJOUS**

Joves (+10/14)
17H A 18.20H

Regular de circ en introduint diferents disciplines: acrobàcia aèria (tela, corda i trapezi), acrobàcia de terra, muntatges, bàscula, expressió corporal, equilibri i malabars. Posant èmfasi no el procés d'aprenentatge, els processos de comunicació i experiència i el desenvolupament de la creativitat.




1 de setembre de 2024 / 30 de juny de 2025

Circ: Curs d'aeris i acrobàcies

Curs d'Aeris i Acrobàcies Diferents disciplines: - Acrobàcia aèria --> tela, corda i trapezi.

Veure més

**DIMARTS I
DIJOUS**

Joves/Adults
18.30H A 20.30H

Curs regular de la Roda Cyr per créixer a nivell tècnic, generant una relació i llenguatge amb l'element, aconseguint originalitat i estil propi d'aquesta disciplina. Continuació de disciplines com potència, força i manipulació d'objectes. Treballarem resistència, velocitat, intensitat, equilibri, contactes, harmonia i manipulacions.



1 de setembre de 2024 / 30 de juny de 2025

Circ: Curs de Roda Cyr

Curs de RODA CYR Curs per créixer a nivell tècnic, generant una relació i llenguatge amb l'element, aconseguint originalitat...

Veure més



21 de gener de 2025 / 18 de febrer de 2025

Ordinador per a principiants

Aquesta formació et guiarà pas a pas per començar a utilitzar un ordinador. Aprendràs a engegar i apagar el dispositiu,...

Veure més



21 de gener de 2025 / 18 de febrer de 2025

Aprèn a utilitzar el teu mòbil (Torn 1)

Domina el teu telèfon intel·ligent amb aquesta formació adaptada per a principiants. S'abordaran temes com Configuració...

Veure més



21 de gener de 2025 / 18 de febrer de 2025

Aprèn a utilitzar el teu mòbil (Torn 2)

Domina el teu telèfon intel·ligent amb aquesta formació adaptada per a principiants. S'abordaran temes com Configuració...

Veure més



23 de gener de 2025 / 20 de febrer de 2025

Full de càlcul amb Google

Aprèn a crear i gestionar fulls de càlcul, introduir i formatar dades, utilitzar fórmules i funcions bàsiques, crear...

Veure més



23 de gener de 2025 / 13 de febrer de 2025

Planificació digital

Descobreix com organitzar el teu temps i tasques amb aplicacions com Google Calendar i Trello. Aprenderàs a planificar i...

Veure més



23 de gener de 2025 / 20 de febrer de 2025

Fotografia amb el mòbil

Aprèn a capturar imatges professionals amb el mòbil. Aquesta formació inclou tècniques de composició, edició bàsica...

Veure més



20 de febrer de 2025

Introducció a la IA (Torn 1)

Explora què és la intel·ligència artificial i com pot ajudar-te en el dia a dia. Descobreix aplicacions pràctiques i...

Veure més



4 de març de 2025 / 8 d'abril de 2025

Internet: Navegació i seguretat (Torn 1)

En aquesta formació pràctica aprendràs a navegar per Internet, crear i gestionar un correu electrònic, fer compres en...

Veure més



4 de març de 2025 / 8 d'abril de 2025

Aprèn a utilitzar el teu mòbil (Torn 3)

Domina el teu telèfon intel·ligent amb aquesta formació adaptada per a principiants. S'abordaran temes com Configuració...

Veure més



4 de març de 2025 / 8 d'abril de 2025

Internet: Navegació i seguretat (Torn 2)

En aquesta formació pràctica aprendràs a navegar per Internet, crear i gestionar un correu electrònic, fer compres en...

Veure més



6 de març de 2025 / 3 d'abril de 2025

Processador de text amb Google

Es tractaran temes com la creació i edició de documents, l'ús de plantilles, la inserció d'imatges i taules, l'aplicació...

Veure més



6 de març de 2025

Obté el teu certificat digital fàcilment

En aquesta sessió pràctica aprendràs a obtenir, instal·lar i utilitzar el certificat digital per fer tràmits segurs...

Veure més



6 de març de 2025

Comparteix fotos amb qualitat (Torn 1)

Descobreix com enviar i compartir fotografies des del mòbil o ordinador de manera eficient, optimitzant la seva qualitat...

Veure més



13 de març de 2025 / 10 d'abril de 2025

Descobreix Canva

Aprèn a dissenyar gràfics atractius amb Canva. Aquesta formació inclou creacions de projectes per Sant Jordi.

Veure més



13 de març de 2025 / 10 d'abril de 2025

Laboratori digital

Experimenta amb eines digitals creatives i resol problemes quotidians amb tecnologia. Una formació interactiva per explorar...

Veure més

Activitats Gent Gran

ACTIVITAT

DIA/HORA

LLOC

ORGANITZA

Taller de Memòria	dilluns de 10h a 11h	Espai del Casal de la Gent Gran de l'edifici de Can Cortés	Regidoria Gent Gran
Taller de Pinta Emocions	dimecres de 10h a 11.30h	Espai del Casal de la Gent Gran de l'edifici de Can Cortés	Regidoria Gent Gran
Taller de Francès (Inicial)	dimarts de 10h a 11h	Espai del Casal de la Gent Gran de l'edifici de Can Cortés	Regidoria Gent Gran
Taller de Memòria	dilluns de 11h a 12h	Casal de la Gent Gran de l'edifici de Can Cortés	Regidoria Gent Gran
Taller de Noves Tecnologies	dilluns de 12h a 13h	Casal de la Gent Gran de l'edifici de Can Cortés	Regidoria Gent Gran
Taller de Memòria	dimarts de 11h a 12h	Casal de la Gent Gran de l'edifici de Can Cortés	Regidoria Gent Gran
Taller de Francès (tertúlia)	dijous de 10h a 11h	Casal de la Gent Gran de l'edifici de Can Cortés	Regidoria Gent Gran
Taller de Gimnàstica Suau	divendres de 9:30h a 10:30h	Pavelló Municipal d'Esports Maria Víctor	Regidoria Gent Gran
Taller de Gimnàstica Suau	divendres de 10:30h a 11:30h	Pavelló Municipal d'Esports Maria Víctor	Regidoria Gent Gran
Taller de Tècniques de Relaxació i Benestar	divendres de 11:30h a 13h	Pavelló Municipal d'Esports Maria Víctor	Regidoria Gent Gran
Taller de Dibuix	dimecres de 11:30h a 13h	Casal de la Gent Gran de l'edifici de Can Cortés	Regidoria Gent Gran
Taller d'Urban Sketch	dijous de 12h a 13h	Casal de la Gent Gran de l'edifici de Can Cortés	Regidoria Gent Gran
Taller de Memòria	dijous de 11h a 12h	Casal de la Gent Gran de l'edifici de Can Cortés	Regidoria Gent Gran

Taller de
Memòria

dimarts de
12h a 13h

Casal de la Gent Gran de
l'edifici de Can Cortés

Regidoria Gent Gran

Si desitgeu donar-vos de baixa d'aquest butlletí podeu fer-ho [en aquest enllaç](#).



Ajuntament de
**Palau-solità
i Plegamans**



Plaça de la Vila, 1

Tel. 93 864 80 56

08184 Palau-solità i Plegamans

info@palauplegamans.cat

Ajuntament de Palau-solità i Plegamans

Plaça de la Vila, 1 08184 (Barcelona) | Tel. 93 864 80 56