

de setembre de 2009 a juny de 2010.



CURSOS i TALLERS d'ÒDENÀ 2009-2010



Ajuntament d'Òdena

[FULL D'INSCRIPCIÓ]

TALLERS I ACTIVITATS 2009 - 2010

NOM I COGNOMS _____

ADREÇA _____

POBLACIÓ _____

TELÈFON _____ DATA NAIXEMENT ____ / ____ / ____

E-MAIL _____ NIF _____

REFERÈNCIA CURS

ACTIVITAT/S
A LA QUAL
S'APUNTEN:

1				-		4				-		7				-	
2				-		5				-		8				-	
3				-		6				-		9				-	

FORMA DE
PAGAMENT

☐

PAGAMENT ANUAL (-5% DTE)

☐

PAGAMENT TRIMESTRAL /
MENSUAL

DADES COMPTE BANCARI

NIF DEL TITULAR _____

TITULAR DEL COMPTE _____

----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------

(es domiciliarà en aquest compte el càrrec de les activitats, ja siguin anuals o trimestrals)
aquest càrrec es presentarà quan ja s'hagi confirmat la realització de l'activitat.

Les dades personals que inclogui en aquest formulari o faciliti a l'Ajuntament d'Òdena estan protegides per la L.O.P.D. i no seràn utilitzades més enllà de l'objectiu descrit. Pot exercitar el seu dret a accés, rectificació i cancel·lació previstos per la llei, adreçant-se a les oficines de l'Ajuntament d'Òdena.

SI

NO

L'alumne/a autoritza a l'ajuntament d'Òdena a fer fotografies dels cursos en què participa i a publicar-les en premsa i edicions de divulgació dels programes de cursos.



[FULL D'INSCRIPCIÓ]

TALLERS I ACTIVITATS 2009 - 2010

NOM I COGNOMS _____

ADREÇA _____

POBLACIÓ _____

TELÈFON _____ DATA NAIXEMENT ____ / ____ / ____

E-MAIL _____ NIF _____

REFERÈNCIA CURS

ACTIVITAT/S
A LA QUAL
S'APUNTEN:

1				-		4				-		7				-	
2				-		5				-		8				-	
3				-		6				-		9				-	

FORMA DE
PAGAMENT

☐

PAGAMENT ANUAL (-5% DTE)

☐

PAGAMENT TRIMESTRAL /
MENSUAL

DADES COMPTE BANCARI

NIF DEL TITULAR _____

TITULAR DEL COMPTE _____

----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------

(es domiciliarà en aquest compte el càrrec de les activitats, ja siguin anuals o trimestrals)
aquest càrrec es presentarà quan ja s'hagi confirmat la realització de l'activitat.

Les dades personals que inclogui en aquest formulari o faciliti a l'Ajuntament d'Òdena estan protegides per la L.O.P.D. i no seràn utilitzades més enllà de l'objectiu descrit. Pot exercitar el seu dret a accés, rectificació i cancel·lació previstos per la llei, adreçant-se a les oficines de l'Ajuntament d'Òdena.

SI

NO

L'alumne/a autoritza a l'ajuntament d'Òdena a fer fotografies dels cursos en què participa i a publicar-les en premsa i edicions de divulgació dels programes de cursos.

[PROGRAMA D'ACTIVITATS]

De setembre de 2009 a juny de 2010.

S'aturarà l'activitat del 21 de desembre de 2009 al 6 de gener de 2010, per les festes de Nadal i del 29 de març al 6 d'abril de 2010 per a les festes de Pàsqua.

[INSCRIPCIONS]

La inscripció tindrà lloc des del 5 de setembre fins al 19 de setembre de 2009.

Procediment d'inscripció:

- Per e-mail a l'adreça odena@odena.cat enviant totes les dades de la fitxa adjunta.
- Per fax, al número **93 801 75 48** Ajuntament d'Òdena. Enviant totes les dades de la fitxa adjunta.
- Presencialment portant la fitxa omplerta amb totes les dades a l'Ajuntament d'Òdena. Plaça Major, 2.

Cal emplenar totes les dades de la fitxa i al final, cal signar-la.

No es considerarà completada la inscripció si la fitxa no està signada i amb tota la informació que s'hi demana.

Les dades personals que inclogui en aquest formulari o faciliti a l'Ajuntament d'Òdena, estan protegides per la LOPD i no seran utilitzades més enllà de l'objectiu descrit. Pot exercitar el seu dret a accés, rectificació i cancel·lació previstos per la llei, adreçant-se a les oficines de l'Ajuntament d'Òdena.

Per a inscriure a infants només ho podrà fer el pare, mare o tutor/a corresponent.

[PAGAMENT]

El pagament serà per avançat. És a dir, s'ha d'haver fet abans d'iniciar l'activitat, en cas contrari no s'hi podrà accedir.

Modalitat de pagament :

En el cas de les activitats de pagament que duren tot el curs de setembre a juny, el pagament es farà per trimestres. En la fitxa d'inscripció podrà marcar si desitja fer el pagament del curs sencer i gaudir d'un 5% de descompte.

[INICI DE LES ACTIVITATS]

Cada activitat s'iniciarà segons el calendari especificat a la fitxa de l'activitat.

Les activitats que duren tot el curs s'inicien la setmana del 21 de setembre.

En el cas que en una activitat no hi hagi el mínim de persones inscrites i no es pugui realitzar, es podrà optar per una altra activitat, si queden places lliures.

Com a norma, totes les activitats previstes s'iniciaran el dia previst. Només s'avisarà personalment en cas de suspensió de l'activitat.

[FUNCIONAMENT D'ALTES I BAIXES FORA DEL PERÍODE D'INSCRIPCIÓ]

Altes:

La incorporació a una activitat fora del termini d'inici de cada trimestre, en el cas que sigui possible, no comporta cap reducció en el preu corresponent. La possibilitat d'incorporació fora de termini, s'haurà de consultar, atès que depèn de les característiques de cada activitat i de la disponibilitat de places

Baixes:

Es comunicaran per escrit a l'Ajuntament. No es considerarà com a baixa si no hi ha aquest comunicat per escrit. Els efectes de la baixa repercuteixen en l'alliberament d'una plaça, la reducció del nombre de participants i el no pagament del període següent dins del curs lectiu.

L'abandonament de l'activitat un cop iniciada, no dóna dret a la devolució de cap import.

[ACTIVITATS FÍSiques]

PILATES

ref001 [PILATES]

Dies : **dilluns i dimecres**
Horari: **de 15:30h. a 16:30h.**
A càrrec de: **Waldizi Maierhoffer**
Mínim d'inscripció: **8**
Lloc: **ESPAI CULTURAL I RECREATIU.**
Av. Manresa, 103 - Òdena

Pagament trimestral **35€**
Pagament anual **100€**

BOLLIWOOD

ref002 [BOLLIWOOD INICIACIÓ]

Dies: **dijous**
Horari: **de 19:00h. a 20:30h.**
A càrrec de: **Silvia Carreras**
Mínim d'inscripció: **10**
Lloc: **ESPAI CULTURAL I RECREATIU.**
Av. Manresa, 103 - Òdena

Pagament trimestral **45€**
Pagament anual **125€**

ref003 [BOLLIWOOD CONTINUACIÓ]

Dies: **dijous**
Horari: **de 20:30h. a 22:00h.**
A càrrec de: **Silvia Carreras**
Mínim d'inscripció: **10**
Lloc: **ESPAI CULTURAL I RECREATIU.**
Av. Manresa, 103 - Òdena

Pagament trimestral **45€**
Pagament anual **125€**

DANSA ORIENTAL

ref004 [DANSA ORIENTAL INICIACIÓ]

Dies: **dimarts**
Horari: **de 19:00h. a 20:30h.**
A càrrec de: **Eva Carreras**
Mínim d'inscripció: **10**
Lloc: **ESPAI CULTURAL I RECREATIU.**

Pagament trimestral **45€**
Pagament anual **125€**

Pagament trimestral **45€**
Pagament anual **125€**

ref005

[DANSA ORIENTAL CONTINUACIÓ]

Dies: dimarts

Horari: de 20:30h. a 22:00h.

A càrrec de: Eva Carreras

Mínim d'inscripció: 10

Lloc: ESPAI CULTURAL I RECREATIU.

Av. Manresa, 103 - Òdena

DANSA ORIENTAL

Pagament trimestral **35€**
Pagament anual **99€**

ref006

[LINE DANCE COUNTRY]

Per fer exercici, passar-ho bé i fer amistats.

Dies: dimecres.

Horari: de 20:00 h. a 21:30h.

A càrrec de: Maria Bernadas

Mínim d'inscripció: 10

Lloc: ESPAI CULTURAL I RECREATIU.

Av. Manresa, 103 - Òdena

LINE DANCE COUNTRY

Gratuït

ref007

[LINE DANCE COUNTRY]

TROBADA PER BALLAR (No és curs)

Per fer exercici, passar-ho bé i fer amistats.

Dies: diumenges alternats a concretar, consulteu-li a la responsable.

Horari: de 18:30h. a 21:30h.

A càrrec de: Maria Bernadas

Lloc: TEATRE CENTRE UNIÓ AGRÍCOLA.

Av. Manresa, 103 - Òdena

[ACTIVITATS FÍSiques]

IOGA

ref008 [IOGA PER A PRINCIPIANTS]

La paraula loga vol dir unió i la seva finalitat és unir el cos, la ment i l'esperit en un equilibri armoniós, per a desenvolupar el nostre potencial com a sers humans. El loga genera canvis positius a nivell físic, mental i energètic, emprant com a eines la respiració, l'exercici i la concentració.

Dies: **dilluns i divendres**

Horari: **de 20:00h. a 21:00h.**

A càrrec de: **Sònia Ortiz.**

Minim d'inscripció: **8**

Lloc: **GIMNÀS DEL CEIP CASTELL D'ÒDENA.**
C/ Verdaguer, s/n – Òdena

Pagament trimestral **35€**

Pagament anual **99€**

ref009 [IOGA AVANÇAT]

La paraula loga vol dir unió i la seva finalitat és unir el cos, la ment i l'esperit en un equilibri armoniós, per a desenvolupar el nostre potencial com a sers humans. El loga genera canvis positius a nivell físic, mental i energètic, emprant com a eines la respiració, l'exercici i la concentració.

Dies: **dimarts i dijous**

Horari: **de 20:15h. a 21:15h.**

A càrrec de: **Sònia Ortiz.**

Minim d'inscripció: **8**

Lloc: **GIMNÀS DEL CEIP CASTELL D'ÒDENA.**
C/ Verdaguer, s/n – Òdena

Pagament trimestral **35€**

Pagament anual **99€**

AERÒBIC

ref010 [AERÒBIC]

Dies: **dilluns i dimecres**

Horari: **de 20:30h. a 21:30h.**

A càrrec de: **Núria Simó.**

Minim d'inscripció: **8**

Lloc: **GIMNÀS DEL CEIP CASTELL D'ÒDENA.**
C/ Verdaguer, s/n – Òdena

Pagament trimestral **35€**

Pagament anual **99€**

IOGA

ref011 [IOGA AVANÇAT]

Dies: **dimarts i dijous.**

Horari: **15:30h. a 16:30h.**

A càrrec de: **Sònia Ortiz**

Mínim d'inscripció: **8**

Lloc: **CENTRE CÍVIC DEL PLA D'ÒDENA.**
C/ Unió, 2 – Òdena

Pagament trimestral **35€**

Pagament anual **99€**

Pagament trimestral **35€**
Pagament anual **99€**

ref011

[TÈCNiques DE MEDITACIÓ I RESPIRACIÓ]

A l'interior del ser humà, hi ha grans fonts de poder inherent que no han estat mai emprades o només parcialment, regulant-les i aplicant-les de forma intel·ligent, podem obtenir resultats concrets. La meditació redueix l'ansietat, afavorint l'equilibri emocional i l'autocontrol, allibera sentiments reprimits i resol conflictes profunds del passat.

Dies: **dilluns**

Horari: **15:30h. a 16:30h.**

A càrrec de: **Sònia Ortiz**

Mínim d'inscripció: **8**

Lloc: **CENTRE CÍVIC DEL PLA D'ODENA.**

C/ Unió, 2 - Òdena

TÈCNiques DE MEDITACIÓ I RESPIRACIÓ

Pagament trimestral **35€**
Pagament anual **99€**

ref012

[COUNTRY AVANÇAT]

Per fer exercici, passar-ho bé i fer amistats.

Dies: **dijous**

Horari: **de 19:30h. a 21:00h.**

A càrrec de: **Miquel Navarro**

Mínim d'inscripció: **10**

Lloc: **CENTRE CÍVIC DEL PLA D'ODENA.**

C/ Unió, 2 - Òdena

Gratuït

ref013

[COUNTRY EN PARELLA]

Es tracta d'un punt de trobada per ballar country. (No és curs)

Dies: **dijous**

Horari: **de 21:00h. a 23:00h.**

A càrrec de: **Grup Four by Four**

Per participar-hi, demaneu més informació els dijous a l'hora de l'activitat.

Lloc: **CENTRE CÍVIC DEL PLA D'ODENA.**

C/ Unió, 2 - Òdena

COUNTRY

[IDIOMES I LLETR

ANGLÈS

ref014

[ANGLÈS PRINCIPIANTS]

Dies: **dissabte.**

Horari: **9:30h. a 11:30h.**

A càrrec de: **An Duguill**

Mínim d'inscripció: **6**

Lloc: **CENTRE CÍVIC DEL PLA D'ÒDENA.**

C/ Unió, 2 - Òdena

SOCIS I'AAV "La Coraza"

Pagament trimestral 35€

Pagament anual 99€

NO SOCIS

Pagament trimestral 45€

Pagament anual 125€

ref015-A

[ANGLÈS CONTINUACIÓ]

Dies: **dissabte.**

Horari: **11:30h. a 13:30h.**

A càrrec de: **An Duguill**

Mínim d'inscripció: **6**

Lloc: **CENTRE CÍVIC DEL PLA D'ÒDENA.**

C/ Unió, 2 - Òdena

SOCIS I'AAV "La Coraza"

Pagament trimestral 35€

Pagament anual 99€

NO SOCIS

Pagament trimestral 45€

Pagament anual 125€

ref015-B

[ANGLÈS REPÀS DE SECUNDÀRIA]

Dies: **divendres.**

Horari: **18:00h. a 20:00h.**

A càrrec de: **An Duguill**

Mínim d'inscripció: **6**

Lloc: **CENTRE CÍVIC DEL PLA D'ÒDENA.**

C/ Unió, 2 - Òdena

SOCIS I'AAV "La Coraza"

Pagament trimestral 35€

Pagament anual 99€

NO SOCIS

Pagament trimestral 45€

Pagament anual 125€

FRANCÈS

ref016-A

[FRANCÈS PER A PRINCIPIANTS]

Dies: **dimarts**

Horari: **de 18:30h. a 20:30h.**

A càrrec de: **Montse Olivella.**

Mínim d'inscripció: **6**

Lloc: **CENTRE CÍVIC DEL PLA D'ÒDENA.**

C/ Unió, 2 - Òdena

Pagament trimestral 35€

Pagament anual 99€

Pagament trimestral **17,5€**
Pagament anual **50€**

ref016-B

[FRANCÈS PER A PRINCIPIANTS]

Dies: **dijous**

Horari: **de 18:00h. a 19:00h.**

A càrrec de: **Montse Olivella.**

Mínim d'inscripció: **6**

Lloc: **AJUNTAMENT D'ODENA.**

Plaça Major, 2 - Òdena

FRANCÈS

Pagament trimestral **35€**
Pagament anual **99€**

ref017

[FRANCÈS CONTINUACIÓ]

Dies: **dijous**

Horari: **de 19:00h. a 21:00h.**

A càrrec de: **Montse Olivella.**

Mínim d'inscripció: **6**

Lloc: **AJUNTAMENT D'ODENA.**

Plaça Major, 2 - Òdena

Gratuït

ref018

[CLUB DE LECTURA]

Es llegeix un llibre cada mes i mig i es fa una sessió de trobada per comentar el llibre.

Dies: **divendres**

Horari: **de 20:00h. a 21:30h.**

Els llibres els presta al servei de Bibliobús i es dipositaran a La Llibreria d'Òdena, carrer sant Pere Màrtir, 3. També es podran comprar, si es vol, en aquesta mateixa llibreria.

Mínim d'inscripció: **5**

Lloc: **AJUNTAMENT D'ODENA.**

Plaça Major, 2 - Òdena

CLUB DE LECTURA

[ACTIVITATS MANU

INICIACIÓ AL CÒMIC

ref019

[INICIACIÓ AL CÒMIC]

Per conèixer el còmic com a mitjà d'expressió. Es treballarà l'elaboració d'un còmic des de l'inici: creació de personatges, guió, composició de la pàgina i dibuix a llapis, a tinta i color. Obert a tothom qui tingui ganes d'aprendre i passar una bona estona.

Dies: **dilluns i dissabte**

Horari:

de 19:00h. a 20:00h. / de 10:00h. a 11:00h

A càrrec de: **Carlos Cote.**

Mínim d'inscripció: **6**

Lloc: **ESPAI CULTURAL I RECREATIU.**

Av. Manresa, 103 - Òdena

Pagament trimestral **50€**

Pagament anual **143€**

DIBUIX DE FANTASIA

ref020

[DIBUIX DE FANTASIA]

Per treballar la il·lustració de temàtica històrica o de fantasia: fades, mitologia i literatura fantàstica, amb les tècniques de dibuix a llapis i tinta i el color a l'aquarel·la o el gouache. Obert a tothom qui tingui ganes d'aprendre i passar una bona estona.

Dies: **dilluns i dissabte**

Horari:

de 20:00h. a 21:00h. / de 11:00h. a 12:00h.

A càrrec de: **Carlos Cote.**

Mínim d'inscripció: **6**

Lloc: **ESPAI CULTURAL I RECREATIU.**

Av. Manresa, 103 - Òdena

Pagament trimestral **50€**

Pagament anual **143€**

CURS PER FER UN GUIÓ

ref021

[CURS PER FER UN GUIÓ]

Per conèixer les tècniques bàsiques a l'hora d'elaborar un guió, des del desenvolupament de la idea fins a la forma final, com a guió cinematogràfic, guió d'un còmic o d'una obra teatral.

Taller obert a tothom qui tingui ganes d'aprendre i passar una bona estona.

Dies: **dilluns**

Horari: **de 21:00h. a 22:00h.**

A càrrec de: **Carlos Cote.**

Mínim d'inscripció: **6**

Lloc: **ESPAI CULTURAL I RECREATIU.**

Av. Manresa, 103 - Òdena

Pagament trimestral **50€**

Pagament anual **143€**

ALS I PLÀSTIQUES]

Pagament trimestral **25€**
Pagament anual **72€**

ref022

[FOTOGRAFIA DIGITAL I RETOC PER ORDINADOR]

La finalitat d'aquest taller és conèixer els principis bàsics de la fotografia, i la seva aplicació en el món digital. S'explicaràn les millors formes d'enquadrar una fotografia, la importància de la llum, les òptiques i els objectius, i el posterior tractament de la imatge fotogràfica per ordinador, amb programes com photoshop.

Dies: **dimecres**

Horari: **de 19:00h. a 20:00h.**

A càrrec de: **Carlos Cote.**

Mínim d'inscripció: **5**

Lloc: **ESPAI CULTURAL I RECREATIU.**

Av. Manresa, 103 - Òdena

FOTOGRAFIA DIGITAL I RETOC PER ORDINADOR

Preu a concretar

ref023

[PUNTES DE COIXÍ]

ACTIVITAT DE L'ASSOCIACIÓ CULTURAL DE DONES ODENENQUES

Cal apuntar-s'hi amb antel·lació els dilluns de 17:00h. a 19:00h. al telèfon **670758780**

Dies: **dilluns**

Horari: **de 17:00h. a 19:00h.**

A càrrec de: **Anna M^a Duran.**

Lloc: **CENTRE FRATERNAL INSTRUCTIU**

C/ Jaume I, s/n - Òdena

PUNTES DE COIXÍ

[ACTIVITATS MANU

PINTURA, VIDRE RATLLAT I PINTAT

ref024-A

[PINTURA, VIDRE RATLLAT I PINTAT]

ACTIVITAT DE L'ASSOCIACIÓ CULTURAL DE
DONES ODENENQUES

Cal apuntar-s'hi amb antel·lació els dilluns
de 17:00h. a 19:00h. al telèfon

670758780

Dies: **dilluns**

Horari: **de 17:00h. a 19:00h.**

A càrrec de: **Anna M^a Duran**

Lloc: **CENTRE FRATERNAL INSTRUCTIU**

C/ Jaume I, s/n – Òdena

Preu a concretar

PATCHWORK

ref024-B

[PATCHWORK]

ACTIVITAT DE L'ASSOCIACIÓ CULTURAL DE
DONES ODENENQUES

Cal apuntar-s'hi amb antel·lació els dilluns
de 17:00h. a 19:00h. al telèfon

670758780

Dies: **dilluns**

Horari: **de 15:00h. a 17:00h.**

A càrrec de: **Anna Ramirez.**

Lloc: **CENTRE FRATERNAL INSTRUCTIU**

C/ Jaume I, s/n – Òdena

Preu 20€

ALS I PLÀSTIQUES]

SOCIS I'AAW "La Coraza"
Pagament trimestral 40€
Pagament anual 110€
NO SOCIS
Pagament trimestral 50€
Pagament anual 140€

ref025

PINTURA PER ADULTS

Dies: **dimarts**

Horari: **9:30h. a 11:30h.**

A càrrec de: **Montserrat Bonastre**

Mínim d'inscripció: **6**

Lloc: **CENTRE CÍVIC DEL PLA D'ÒDNA.**

C/ Unió, 2 - Òdna

SOCIS I'AAW "La Coraza"
Pagament trimestral 40€
Pagament anual 110€
NO SOCIS
Pagament trimestral 50€
Pagament anual 140€

ref026

PINTURA ADULTS

Dies: **dimarts**

Horari: **sessió de dues hores a triar dins de l'horari de 18:00h. a 21:00h**

A càrrec de: **Montserrat Bonastre.**

Mínim d'inscripció: **6**

Lloc: **CENTRE CÍVIC DEL PLA D'ÒDNA.**

C/ Unió, 2 - Òdna

SOCIS I'AAW "La Coraza"
Pagament trimestral 40€
Pagament anual 110€
NO SOCIS
Pagament trimestral 50€
Pagament anual 140€

ref027

PINTURA INFANTS

A partir de 10 anys.

Dies: **dissabte**

Horari: **9:30h. a 11:30h.**

A càrrec de: **Montserrat Bonastre**

Mínim d'inscripció: **6**

Lloc: **CENTRE CÍVIC DEL PLA D'ÒDNA.**

C/ Unió, 2 - Òdna

SOCIS I'AAW "La Coraza"
Pagament trimestral 40€
Pagament anual 110€
NO SOCIS
Pagament trimestral 50€
Pagament anual 140€

ref028

PINTURA INFANTS

De 4 a 9 anys

Dies: **dissabte**

Horari: **11:30h. a 13:30h.**

A càrrec de: **Montserrat Bonastre**

Mínim d'inscripció: **6**

Lloc: **CENTRE CÍVIC DEL PLA D'ÒDNA .**

C/ Unió, 2 - Òdna

PINTURA

[TALLERS]

TALLER D'INICIACIÓ AL MASSATGE INFANTIL

ref029

[TALLER D'INICIACIÓ AL MASSATGE INFANTIL]

Adreçat a pares i mares d'infants de 0 a 3 anys.

Per conèixer els beneficis del massatge infantil per a l'infant i per a la comunicació de la mare i el pare amb ell o ella. Es fa a través de sessions pràctiques.

Cal dur: sac de dormir o matalàs aïllant, manteta o tovalloleta gran i oli d'ametlles.

Dies: **5,19,26 d'octubre i 2 i 9 de novembre de 2009**

Horari: **de 18:00 a 19:30 h.**

A càrrec de: **Glòria Palomo**

Mínim de participants: **6, màxim: 10.**

Lloc: **LLAR D'INFANTS ELS VAILETS**

C/ Verdaguer, 2 -Òdena

Preu del curs **50€**

TALLER DE TEATRE PER A JOVES DE 12 A 30 ANYS

ref030

[TALLER DE TEATRE PER A JOVES DE 12 A 30 ANYS]

Diverteix-te fent teatre. Les tècniques teatrals, són la vida mateixa. Quan aprenem teatre, ens divertim veient-nos en un mirall. Per preparar un muntatge, és necessari saber tècnica per treure'n més rendiment, superar vergonyes i entendre més el codi d'aquest fascinant ofici.

Taller obert a tothom qui tingui ganes d'aprendre i passar una bona estona.

Dies: **divendres**

Horari: **de 21:00h. a 23:00h.**

A càrrec de: **pendent de confirmació el professorat.**

Mínim d'inscripció: **12**

Lloc: **ESPAI CULTURAL I RECREATIU.**

Av. Manresa, 103 – Òdena

Pagament trimestral **25€**
Pagament anual **70€**

PROGRAMA D'ACTIVITATS 2009-2010 [AJUNTAMENT D'ODENA]

Gratuït

ref031-A

[TALLER D'INFORMÀTICA PER ADULTS]

Els telecentres són espais per la la formació, l'aprenentatge i el servei d'internet i ofimàtica a la població en general, però, especialment es destinen a la població amb més dificultats d'accés a les noves tecnologies, per desconeixement o per manca d'oportunitats.

Els telecentres estaran oberts a partir del 21 de setembre.

Dies: **de dilluns a divendres**

[HORARIS TELECENTRES]

	ÒDENÀ	PLA D'ÒDENÀ	ESPELT
DILLUNS	15:00-19:00	19:00-21:00	-
DIMARTS	9:00-13:00	15:00-18:30	-
DIMECRES	15:00-19:00	19:00-21:00	-
DIJOUS	9:00-13:00	15:00-18:30	-
DIVENDRES	9:00-13:00	-	15:00-18:30

Localització dels telecentres:

Telecentre d'Òdena:

Espai cultural Recreatiu · Av. Manresa, 103 · Òdena

Telecentre del Pla d'Òdena:

Centre Cívic del Pla d'Òdena · C/ Unió, 2 · Òdena

Telecentre de l'Espelt:

Carretera de l'Espelt sn.(antiga escola de l'Espelt) · Òdena

INFORMÀTICA

Preu del curs **25€**

ref031-B

[CURS D'ALFABETITZACIÓ DIGITAL]

També dins d'aquests horaris es du a terme el curs d'alfabetització digital (introducció a la informàtica) concretament:

Al telecentre d'Òdena: **els dilluns i els dimecres, de 17:00 a 19:00 h.**

Al telecentre del Centre Cívic del Pla d'Òdena: **els dilluns i els dimecres, de 19:00 a 21:00 h**

La durada d'aquest curs és de 2 trimestres, iniciant-se el 21 de setembre de 2009 i acabant el mes de març de 2010.

Mínim participants: **5.**

[ACTIVITATS PER A]

TALLER DE MEMÒRIA

ref032

[TALLER DE MEMÒRIA]

Destinat especialment a gent gran.

Dies: **dimecres**

Horari: **de 17:30h. a 19:00h.**

A càrrec de: **Rosa Arbós**

Mínim d'inscripció: **5**

Lloc: **CASAL D'AVIS D'ÒDNA**

C/ Jaume I, s/n - Òdna

Pagament trimestral 20€

Pagament anual 55€

GIMNÀSTICA PER A GENT GRAN

ref033

[GIMNÀSTICA PER A GENT GRAN]

Destinat especialment a gent gran.

Dies: **dimecres i divendres**

Horari: **de 11:00h. a 12:00h.**

Mínim d'inscripció: **8**

Lloc: **CASAL D'AVIS D'ÒDNA**

C/ Jaume I, s/n - Òdna

Pagament trimestral 20€

Pagament anual 55€

FISIOTERÀPIA

ref034

[FISIOTERÀPIA]

Dies: **dijous**

Horari: **de 9:30h. a 10:30h.**

A càrrec de: **un fisioterapeuta professional.**

Mínim d'inscripció: **6**

Lloc: **CASAL D'AVIS D'ÒDNA**

C/ Jaume I, s/n - Òdna

Pagament trimestral 30€

Pagament anual 85€

A LA GENT GRAN]

(AQUESTES ACTIVITATS COMENCEN A L'OCTUBRE)

Pagament trimestral 30€

Pagament anual 85€

ref035

[FISIOTERÀPIA]

Dies: **dijous**

Horari: **de 10:30h. a 11:30h.**

A càrrec de: **un fisioterapeuta professional.**

Mínim d'inscripció: **6**

Lloc: **CASAL D'AVIS D'ÒDENÀ**

C/ Jaume I, s/n – Òdena

FISIOTERÀPIA

Pagament trimestral 20€

Pagament anual 55€

ref036

[MEMÒRIA]

Destinat especialment a gent gran.

Dies: **dijous**

Horari: **de 18:30h. a 19:30h.**

A càrrec de: **Rosa Arbós**

Mínim d'inscripció: **5**

Lloc: **CASAL D'AVIS DEL B. ST. PERE I PLA DE**

LA MASIA - C/ Unió, 2 – Òdena

MEMÒRIA

Pagament trimestral 20€

Pagament anual 55€

ref037

[TAICHÍ]

Si practiques el taichi regularment, tindràs la flexibilitat d'un nen, la força d'un llenyataire i la saviesa d'un ancià

Dies: **dilluns i dimecres**

Horari: **de 9:30h. a 10:30h.**

A càrrec de: **Rafi López**

Mínim d'inscripció: **7**

Lloc: **CASAL D'AVIS DEL B. ST. PERE I PLA**

DE LA MASIA. - C/ Unió, 2 – Òdena

TAICHÍ

[ACTIVITATS PER A]

PUNTES DE COIXÍ

ref038

[PUNTES DE COIXÍ]

Dies: **divendres 2 hores.**

Horari: **a concretar.**

A càrrec de: **Anna Marc**

Mínim d'inscripció: **8**

Lloc: **CASAL D'AVIS DEL B. ST. PERE I PLA
DE LA MASIA - C/ Unió, 2 – Òdena**

Pagament trimestral **20€**
Pagament anual **55€**

ESTAFES MONETÀRIES I SEGURETAT A LA LLAR

ref039

**[ESTAFES MONETÀRIES I SEGURETAT A
LA LLAR]**

Dia: **dimarts, 13 d'octubre de 2009**

Horari: **a les 17:00 h**

A càrrec: **Mossos d'Escuadra**

Lloc: **CASAL D'AVIS DEL B. ST. PERE I PLA
DE LA MASIA - C/ Unió, 2 – Òdena**

Gratuït

EL TEMPS

ref040

[EL TEMPS]

Dia: **dimarts, 10 de novembre**

Horari: **a les 16:00 h.**

A càrrec de: **Albert Borràs, metereòleg.**

Lloc: **CASAL D'AVIS D'ÒDENÀ**

C/ Jaume I, s/n – Òdena

Gratuït

A LA GENT GRAN]

(AQUESTES ACTIVITATS COMENCEN A L'OCTUBRE)

Preu del curs **20€**

ref041

[CURS DE CUINA DE NADAL]

Es desenvolupa en 6 sessions.

Dies: dilluns 2-9-16-23-30 de novembre i 14 de desembre.

Horari: de 10:00h. a 12:00h. del matí.

A càrrec de: Gerard Ninot

Mínim d'inscripció: 8 màxim 12

Lloc: CASAL D'AVIS D'ÒDENA

C/ Jaume I, s/n – Òdena

CURS DE CUINA DE NADAL

Preu del curs **20€**

ref042

[CURS DE CUINA DE NADAL]

Es desenvolupa en 6 sessions.

Dies: els dimarts 3-10-17-24 de novembre i 1 i 15 de desembre.

Horari: de 10:00h. a 12:00h. del matí.

A càrrec de: Gerard Ninot

Mínim d'inscripció: 8 màxim 12

Lloc: CASAL D'AVIS DEL B. ST. PERE I PLA DE LA MASIA - C/ Unió, 2 – Òdena

Preu del curs **15€**

ref043

[TALLER D'INFORMÀTICA]

Es desenvolupa en 6 sessions.

Dies: dijous

Horari: a concretar.

A càrrec de: Mery Marcano

Inscripció: màxim 4

Lloc: CASAL D'AVIS DEL B. ST. PERE I PLA DE LA MASIA - C/ Unió, 2 – Òdena

TALLER D'INFORMÀTICA

[ACTIVITATS DEL P

[TALLERS]

ref044

[TAST DE CERVESA]

Aquest taller de tast es realitza en una sessió de 2 hores.

Dia: 23 d'octubre de 2009

Hora: a les 20:00 h.

A càrrec de: **Xavier Bassa**

Mínim d'inscripció: **8**

Lloc: ESPAI CULTURAL I RECREATIU.

Av. Manresa, 103 – Òdena

Preu **25€**

ref045

[TALLER DE GUITARRA EN GRUP]

Taller per a la iniciació al coneixement de la guitarra. Cal dur guitarra, faristol i pedal (per apoiar-hi el peu) o suport elevador per acoblar-hi la guitarra. També és recomanable un aparell afinador.

Dia: els dilluns 5, 19 i 26 d'octubre; 2, 9, 16, 23 i 30 de novembre i 14 i 21 de desembre de 2009.

Horari: de 20:00h. a 21:00h.

A càrrec de: **Santi Mendez**

Mínim de participants: **6, màxim 12.**

Lloc: AULA DE MÚSICA DEL CEIP

CASTELL D'ÒDENÀ

C/ Verdaguer, 2 -Òdena

Preu del curs **45€**

TAST DE CERVESA

TALLER DE MÀGIA TALLER DE GUITARRA EN GRUP

RIMER TRIMESTRE]

Activitat gratuïta oberta a tothom.

[XERRADES I ALTRES ACTES DELS DIVENDRES]

[QUÈ PUC FER PEL MEDI AMBIENT?]

Cada dia, consumim una quantitat important de productes, però sempre en queda també una part que hem de llençar. Què es pot reciclar i què no? Quin és el procés que es segueix, a partir de que hem separat i abocat els diferents tipus de residus als contenidors respectius, per reciclar aquest productes? Què podem fer per minimitzar l'abocament a les clavegueres de les restes de productes que utilitzem per netejar o per cuinar? Com es canalitzen les aigües brutes d'us domèstic i com treballa una depuradora d'aigües?

Dia : 9 d'octubre de 2009

Hora: a les 20h

A càrrec de: Virginia Abenoza, Tècnica de Medi Ambient de l'Ajuntament d'Òdena

**Lloc: Espai cultural i Recreatiu.
Av. Manresa, 103**

QUÈ PUC FER PEL MEDI AMBIENT?

Activitat gratuïta oberta a tothom.

[BUSQUES FEINA?]

Xerrada informativa de tots els recursos que t'ofereix l'Ajuntament per a la recerca de feina i possibilitats de millorar la teva formació ocupacional

Dia: 16 d'octubre de 2009

Hora: a les 20h

A càrrec de: Serveis tècnics de Desenvolupament Econòmic i Ocupació de l'Ajuntament d'Òdena

**Lloc: Espai cultural i Recreatiu.
Av. Manresa, 103**

BUSQUES FEINA?

[ACTIVITATS DEL P

Activitat gratuïta oberta a tothom.

[XERRADES I ALTRES ACTES DELS DIVENDRES]

[VIURE L'AVENTURA]

Què és una aventura, què ens atrau de l'aventura: la recerca de coneixement, sensacions noves, sentir-nos vius, jugar amb el desconegut, viure al límit d'un risc controlat?

Dia: 23 d'octubre de 2009

Hora: a les 20:00h.

A càrrec de: Àngel Aguirre, gerent de Globus Kon-Tiki

Lloc: ESPAI CULTURAL I RECREATIU.

Av. Manresa, 103 – Òdena

VIURE L'AVENTURA

Act.gratuïta per a tothom.

[EL PA QUE MENGEM]

Com ha evolucionat la manera de fer el pa. Com es fa un bon pa. L'ofici de forner.

Dia: 13 de novembre de 2009

Hora: a les 20:00h.

A càrrec de: Josep Domènech, forner. Forn de Pa d'Òdena

Lloc: ESPAI CULTURAL I RECREATIU.

Av. Manresa, 103 – Òdena

EL PA QUE MENGEM

Act.gratuïta per a tothom.

[FEM CRÉIXER UN BONSAI?]

Què és un bonsai. Quina cura s'ha de tenir d'un bonsai, amb quines tècniques, quines eines?

Dia: 20 de novembre de 2009

Hora: a les 20:00h.

A càrrec de: Martí del Estal Martínez, gerent de Bonsai Martí

Lloc: ESPAI CULTURAL I RECREATIU.

Av. Manresa, 103 – Òdena

FEM CRÉIXER UN BONSAI?

PRIMER TRIMESTRE]

[TEATRE: "ESTIMAR SENSE MORIR"]

Amb l'actriu Pepa Lavilla.

Va donar el poder de decisió al seu home, va creure que la seva vida era la del seu home i quan se'n va adonar, ell tenia la seva pròpia vida i també la d'ella.

Quan obre els ulls és quan ja els té tancats per sempre més, perquè no ha trobat sortida a la presó en que s'ha convertit casa seva. Pensa que els errors es paguen, el seu món s'ha fet massa petit i no té ningú amb qui compartir les penes. A canvi d'atencions rep menyspreu. Espectacle dins la programació d'actes de sensibilització contra la violència de gènere.

Dia: 27 de novembre de 2009

Hora: 20:00 h.

**Lloc: TEATRE CENTRE UNIÓ AGRÍCOLA.
Av. Manresa, 103 - Òdena**

Preu 1€

TEATRE: "ESTIMAR SENSE MORIR"

[CONSTRUIR L'HABITATGE]

Quin és el procés de construcció de l'habitatge: els tràmits, els plànols, el procés constructiu. Quines són les fases més habituals. Quines han de ser les precaucions? Ens podem construir nosaltres el propi habitatge?

Dia: 11 de desembre de 2009

Hora: a les 20:00h.

A càrrec de: Andreu Simón, arquitecte tècnic municipal.

**Lloc: ESPAI CULTURAL I RECREATIU.
Av. Manresa, 103 - Òdena**

Act.gratuïta per a tothom.

CONSTRUIR L'HABITATGE

[LA MÚSICA EN LES NOSTRES VIDES]

Quin paper juga la música en les nostres vides? Escoltar música aprendre a tocar un instrument, aprendre a compondre.

Dia : 18 de desembre de 2009

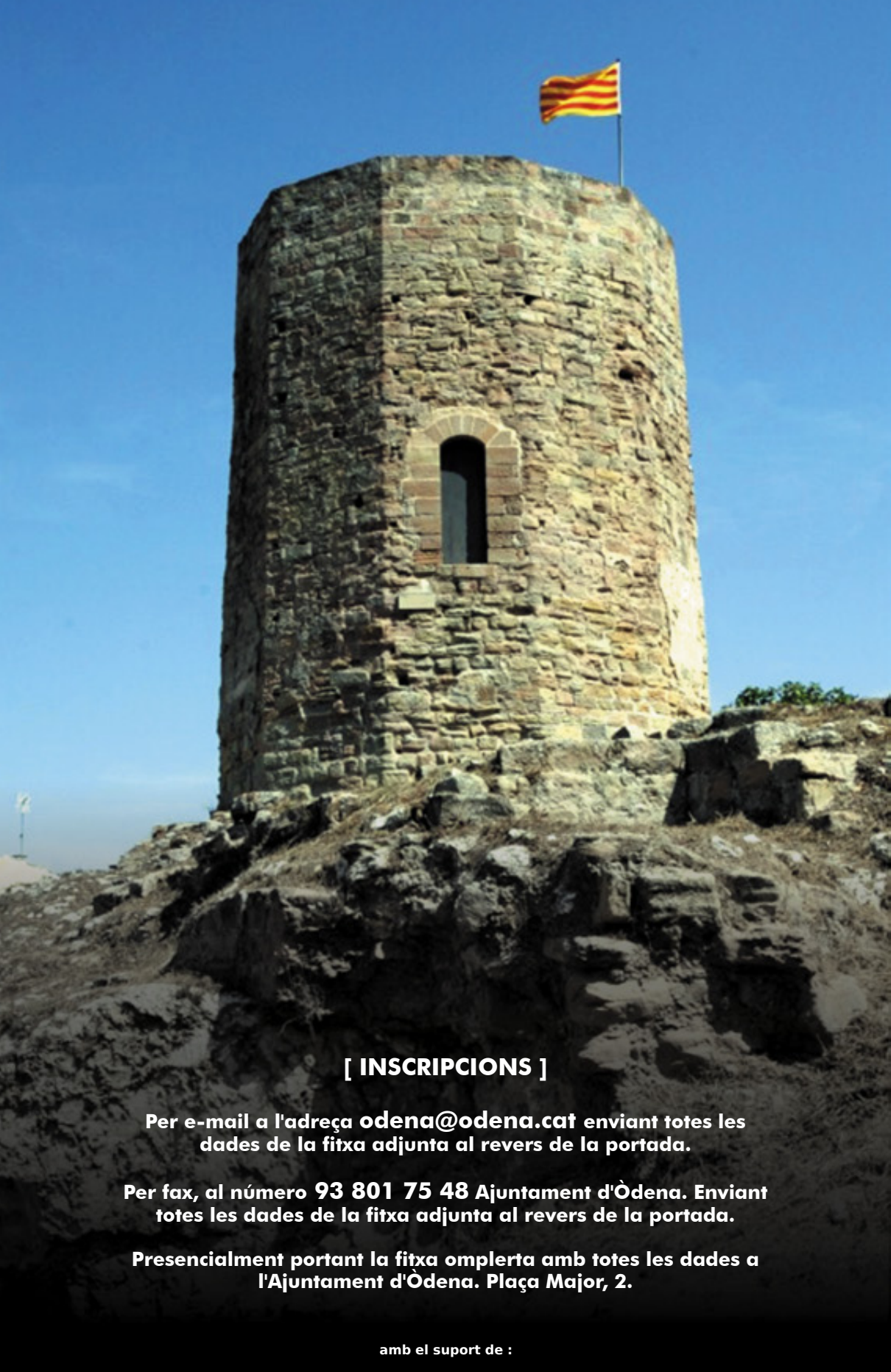
Hora: a les 20:00h.

A càrrec de: Josep Mindan, Titulat superior en direcció musical. (a confirmar)

**Lloc: Espai cultural i Recreatiu.
Av. Manresa, 103**

Act.gratuïta per a tothom.

LA MÚSICA EN LES NOSTRES VIDES



[INSCRIPCIONS]

Per e-mail a l'adreça **odena@odena.cat** enviant totes les dades de la fitxa adjunta al revers de la portada.

Per fax, al número **93 801 75 48** Ajuntament d'Òdena. Enviant totes les dades de la fitxa adjunta al revers de la portada.

Presencialment portant la fitxa omplerta amb totes les dades a l'Ajuntament d'Òdena. Plaça Major, 2.

amb el suport de :



**Diputació
Barcelona**
xarxa de municipis



Generalitat de Catalunya
Institut Català de les Dones



www.odena.cat