

SALUT I CREIXEMENT PERSONAL

TALLERS DE MEMÒRIA

Dilluns, de 17 a 18 h (grup 1) i de 18 a 19 h (grup 2), al Casal de Castelló.

Preu i inscripció: gratuït.

GIMNÀSTICA DE MANTENIMENT

Dilluns i dijous, de 10 a 11 h, al Pavelló Municipal d'Esports i dimarts i divendres, de 9.30 a 10.30 h i de 10.30 a 11.30 h, al Casal Cívic d'Empuriabrava.

Preu i inscripció: gratuït.

IOGA*

Dilluns, de 20.30 a 22 h, al Casal de Castelló.

BALLS EN LÍNIA I COUNTRY*

Dilluns, de 16 a 17.30 h (grup 1) i dimarts, de 16 a 17.30 h (grup 2), al Casal Cívic d'Empuriabrava. Dijous, de 16 a 17.30 h, al Casal de Castelló. Grup iniciació: dimecres, de 16 a 17.30 h, al Casal Cívic d'Empuriabrava.

QI GONG* (pràctiques en grup)

Dilluns i dimecres, de 9.30 a 11 h (grup 1), al Casal Cívic d'Empuriabrava i dijous, de 19 a 20.30 h (grup 2), al Casal Cívic d'Empuriabrava.

MUSICOTERÀPIA*

Dimecres, de 16 a 17 h, al Casal de Castelló, i de 17.30 a 18.30 h, al Casal Cívic d'Empuriabrava.

CLASSES DE GUITARRA EN GRUP

Classes de guitarra per a totes les edats. Aprendre a tocar la guitarra de manera divertida i didàctica. A càrrec de Xavi Masó. Dilluns, de 19 a 20 h (grup 1) i de 20 a 21 h (grup 2), al Casal Cívic d'Empuriabrava.

Preu i inscripció: 20 euros. Places limitades.

DINAMITZACIÓ DELS PARCS URBANS DE SALUT I MARXA NÒRDICA

Sessions d'exercici físic dirigides per professionals, desenvolupades en els Parcs Urbans de Salut, amb aparells destinats a la prevenció, millora i/o manteniment de la salut i, entrenament en la marxa nòrdica dirigides per professionals, desenvolupades en els Parcs Urbans de Salut. En cas que les condicions meteorològiques no permetin desenvolupar l'activitat a l'aire lliure, aquesta es duria a terme en equipaments municipals.

Dinamització dels parcs urbans: dijous, de 18.15 a 19.15 h.

Marxa nòrdica: últim dijous de mes, de 18.15 a 19.15 h.

Al Parc de Salut Zona Verda EL Ponent, davant la residència Toribi Duran.

Preu i inscripció: gratuït. Sense necessitat d'inscripció prèvia.

Per a més informació: 659 58 15 54 o info@urbansalut.com

RELAXACIÓ I MEDITACIÓ KRIYA: ACONSEGUIR BENESTAR I PLENITUD DE VIDA

Curs transformador que et permetrà mitjançant varies tècniques, relaxar-te, disminuir l'estrès, gaudir i experimentar del benestar físic, psicoemocional i de la plenitud en la vida.

A càrrec de Daya Aulet.

Els dijous 5, 12, 19 i 26 de març i 2, 9, 16, 23 i 30 d'abril, de 18 a 19 h, al Casal Cívic d'Empuriabrava.

Preu i inscripció: 15 euros. Places limitades.

MEDITACIÓ I RELAXACIÓ TAOISTA*

Divendres, de 19 a 20.30 h, al Casal Cívic d'Empuriabrava.

BATCHCOOKING: CUINA 1 DIA I MENJA'N 7

Aprèn com organitzar-te per menjar sa i estalviar temps.

A càrrec de Sara Camps i Elisabeth Amer.

Dissabte 25 de gener, de 17 a 19 h, al Casal Cívic d'Empuriabrava.

Preu i inscripció: gratuït. Places limitades.

PROTEÏNES VEGETALS

Taller de cuina per conèixer diferents opcions de cuina amb proteïna vegetal. A càrrec de Sara Camps i Elisabeth Amer.

Dissabte 15 de febrer, de 17 a 19 h, al Casal Cívic d'Empuriabrava.

Preu i inscripció: gratuït. Places limitades.

TALLER D'ELABORACIÓ DE POSTRES

Elaboració de postres individuals i pastisseria artesanal.

A càrrec de Carlos Gallardo.

Dissabtes 7 i 14 de març, de 10 a 13 h, al Casal Cívic d'Empuriabrava.

Preu i inscripció: 15 euros. Places limitades.

TALLER DE CUINA DE PESCADORS

Aprèn a fer arròs negre i altres plats de peix i marisc.

A càrrec d'Andreu Mindan.

Dissabtes 16 i 30 de maig, de 10 a 13 h, al Casal Cívic d'Empuriabrava.

Preu i inscripció: 15 euros. Places limitades.

CURS D'INICIACIÓ ALS ESCACS

T'agrada jugar a escacs? Vols aprendre'n o millorar el teu nivell? Mai n'has tingut l'oportunitat? Ara t'oferim la possibilitat de passar-ho bé, aprenent.

A càrrec del Club d'Escacs de Figueres.

Dimecres, de 18 a 19 h (grup 1), al Casal Cívic d'Empuriabrava

i de 19.30 a 20.30 h (grup 2), al Casal de Castelló.

Inici: 4 de març.

Final: 13 de maig.

Preu i inscripció: 10 euros. Places limitades.

***Aquests cursos tenen un cost. Per a més informació:** Serveis a la Ciutadania de l'Ajuntament (972 25 01 65).

ARTESANIA

PATCHWORK*

Dilluns, de 15 a 18 h, al Casal Cívic d'Empuriabrava i dimarts, de 15 a 19 h, al Casal de Castelló.

POSA FIL A L'AGULLA*

Dimecres, de 15 a 17 h (grup 1) i de 18.30 a 20.30 h (grup 2), al Casal de Castelló.

BOIXETS*

Dilluns, de 16 a 19 h, al Casal de Castelló.

LABORS DE MITJA*

Dimarts, de 15 a 17 h, al Casal de Castelló i divendres, de 15.30 a 17.30 h, al Casal Cívic d'Empuriabrava.

TALLER DE PINTURA*

Dimecres, de 17 a 19.30 h, i dijous, de 17 a 19 h i de 19 a 21 h, al Convent de Santa Clara. Divendres, de 16.15 a 18.15 h, al Casal Cívic d'Empuriabrava.

CURS D'IL-LUSTRACIÓ

Curs destinat a aquelles persones que vulguin endinsar-se en el món de la il·lustració. A través de diferents tècniques, posarem en pràctica l'art de comunicar conceptes narratius, estètics, abstractes i emocionals fent ús de la nostra creativitat. A càrrec d'Aida Piris i Maria Triquell.

Dimarts, de 17.30 a 20 h, al Casal Cívic d'Empuriabrava.

Inici: 3 de març.

Final: 26 de maig.

Preu i inscripció: 20 euros. Places limitades.

TALLER DE MANGA

Iniciació al Manga tradicional, històries acompanyades de dibuixos. A càrrec d'Anna Brugat.

Preu i inscripció: gratuït. Inscripcions als Espai Jove municipals.

Per a més informació: 972 15 63 23 o joventut@castello.cat

TALLER DE RESTAURACIÓ DE MOBLES

Taller per aprendre i posar en pràctica les tècniques bàsiques de restauració de mobles.

Dimarts, de 9.30 a 12.30 h (grup 1) i dimecres, de 19 a 21 h (grup 2), a El Centro.

Preu i inscripció: 15 euros. Places limitades.

***Aquests cursos tenen un cost. Per a més informació:** Serveis a la Ciutadania de l'Ajuntament (972 25 01 65).

ESCOLA MUNICIPAL DE MÚSICA

L'Escola Municipal de Música "Antoni Agramont" té una oferta de classes per a totes les edats, amb l'objectiu de donar resposta a les necessitats d'expressió artística i de formació musical (llenguatge musical, cant coral i aprenentatge d'instruments). L'escola respon a un model formatiu que té la intenció de posar a l'abast de la ciutadania les eines per accedir a la pràctica musical, amb una oferta individual i col·lectiva, potenciant l'aprenentatge en grup.

Per a més informació i inscripcions: Carrer Carbonar 4, Tel. 972 25 05 28 / A/e: musica.castellodempuries@gmail.com

TALLERS A L'ECOMUSEU FARINERA

APRENEM A FER BROWNIES

Taller per a adults en el que aprenem a fer tres receptes de diferents brownies i n'elaborarem dues per tal que les pugueu degustar a casa!

Dimecres 1 d'abril, de 18 a 19.30 h, a l'Ecomuseu-Farinera.

Preu i inscripció: 2 euros/adult. Cal inscripció prèvia a l'Ecomuseu-Farinera (972 25 05 12). Places limitades.

CONÈIXER LES HERBES REMEIERES

Un taller per a adults per aprendre un munt de curiositats sobre les plantes remeieres que ens envolten, com recol·lectar-les, utilitzar-les...

Dimecres 20 de maig, de 18 a 19.30 h, a l'Ecomuseu-Farinera.

Preu i inscripció: 2 euros/adult. Cal inscripció prèvia a l'Ecomuseu-Farinera (972 25 05 12). Places limitades.

Amb el suport de:

Diputació de Girona

Departament de Cultura de la Generalitat de Catalunya

BIBLIOTECA RAMON BORDAS I ESTRAGUÉS

Píndoles formatives sobre diferents aspectes de les TIC.

GESTIONS QUOTIDIANES A INTERNET

Divendres 28 de febrer, de 16 a 19 h.

ELS PRODUCTES I SERVEIS DE GOOGLE

Dijous 5 de març, de 9 a 12 h.

TELÈFONS MÒBILS II

Divendres 27 de març, de 16 a 19 h.

EL NÚVOL A INTERNET I COM UTILITZAR-LO

Dimarts 9 de juny, de 16 a 19 h.

Preu i inscripció: gratuït. Places limitades. Cal inscripció prèvia a la Biblioteca Ramon Bordas i Estragués.

Per a més informació: 972 25 06 11 o biblioteca@castelló.cat

AGENDA FORMATIVA 2019-2020 FEBRER-JUNY



Ajuntament de la Comtal Vila de Castelló d'Empúries



www.castello.cat

Organitza:



Ajuntament de la Comtal Vila de Castelló d'Empúries

Amb el suport de:



AGENDA FORMATIVA 2019-2020 FEBRER-JUNY

INSCRIPCIONS

Pots formalitzar la teva inscripció a partir del 24 de gener a les Oficines Municipals d'Atenció al Ciutadà (OMAC), excepte aquelles activitats que s'indica inscripció en un altre punt d'atenció i fins el dia abans d'iniciar-se el curs, o bé, fins exhaurir les places disponibles per a cada activitat. També es pot realitzar online a través de la Seu electrònica mitjançant una instància genèrica on cal adjuntar-hi: fitxa d'inscripció i comprovant de pagament (en el cas dels cursos que tenen cost). El pagament es pot efectuar en el següent número de compte:

ES30 2100 0122 3902 0000 2631

Als cursos amb places limitades tindran prioritat les persones empadronades al municipi.

INFORMACIÓ

Serveis a la ciutadania
Plaça Catalunya, 1 - Tel. 972 25 01 65
Horari d'atenció al públic: de dilluns a divendres de 9 a 14 h. www.castello.cat
A/e: serveisalaciutadania@castello.cat

Centre Emprèn
Comercial Alberes, 45 - Tel. 972 45 68 17
Horari d'atenció al públic: de dilluns a divendres de 9 a 14 h. www.castelloempren.com
A/e: castelloempren@castello.cat

Casal Cívic d'Empuriabrava
Comercial Alberes - Tel. 972 45 17 33
Horari d'atenció al públic: de dilluns a divendres de 15 a 19 h. A/e: joventut@castellodempuries.net

SERVEIS

Servei d'informació i orientació formativa
Informació, orientació i suport personalitzat per millorar l'itinerari formatiu i, facilitar així la inserció laboral. Més informació al Departament d'Ensenyament de l'Ajuntament.

Servei d'assessorament a empreses
Gratuït per a empreses i per a emprenedors amb la col·laboració de Grupter Assessoria d'Empreses SLU i Sad'ε 2005 SLU. Ofereix l'acompanyament en la creació de l'empresa, tant per aquells que vulguin materialitzar el seu projecte empresarial com per aquells que ja el tinguin iniciat i vulguin créixer. Més informació al Centre Emprèn.

PUNT acTIC
La Biblioteca Ramon Bordas i Estragués és un centre autoritzat de la Generalitat per a realitzar les proves per tal d'obtenir el certificat acTIC (Acreditació de Competències en Tecnologies de la Informació i la Comunicació).

Orienta't
Servei d'acompanyament per a Joves. Tens entre 16 i 29 anys? Estàs buscant feina? No estàs fent cap acció formativa ni educativa? Et vols apuntar al Programa de Garantia Juvenil? Iniciativa a nivell europeu per reduir el l'atur juvenil. Per a més informació: adreceu-vos als Espai Jove. Tel. 972 15 63 23 o joventut@castello.cat

FORMACIÓ BÀSICA

CURSOS DE CATALÀ (Consorti per a la Normalització Lingüística)

Cursos d'aprenentatge de la llengua catalana (45 hores).

Inici: 8 /9 de gener.

Final: 18/19 de març.

- Inicial 1:** dimarts i dijous, de 9.30 a 11.30 h, al Centre Emprèn.
- Bàsic 1:** dilluns i dimecres, de 14.30 a 16.30 h, al Centre Emprèn.
- Bàsic 2:** dilluns i dimecres, de 17 a 19 h, al Centre Emprèn.
- Elemental 2:** dilluns i dimecres, de 9.30 a 11.30 h, al Centre Emprèn.

Preu i inscripció: gratuït. Inscripcions del 16 al 19 de desembre, de 10 a 13 h, al Centre Emprèn.

TALLERS D'ALFABETITZACIÓ

Dilluns i dimecres, de 9.30 a 11.30 h (grup 1), al Casal de Castelló i, dimarts i dijous, de 9.30 a 11.30 h (grup 2), al Centre de Serveis del Puigmal.

Inici: 4/5 de febrer.

Preu i inscripció: gratuït. Places limitades.

CURS D'ANGLÈS A2 (45 hores)

Assolir les capacitats de comprensió oral i escrita pròpies de les situacions comunicatives bàsiques. Dilluns i dimecres, de 19 a 21 h, al Centre Emprèn.
Inici: 10 de febrer.
Final: 6 de maig.
Preu i inscripció: 40 euros. Places limitades.

CURS DE FRANCÈS A2 (45 hores)

Assolir les capacitats de comprensió oral i escrita pròpies de les situacions comunicatives bàsiques. Dimarts i dijous, de 19 a 21 h, al Centre Emprèn.
Inici: 11 de febrer.
Final: 5 de maig.
Preu i inscripció: 40 euros. Places limitades.

COM FUNCIONA L'ORDINADOR (30 hores)

Nocions bàsiques d'informàtica per a principiants. Dilluns i dimecres, d'11 a 12.30 h, al Casal de Castelló.
Inici: 2 de març.
Final: 18 de maig.
Preu i inscripció: gratuït. Places limitades.

INFORMÀTICA BÀSICA (45 hores)

Iniciació a la informàtica (Office: Word, Excel, Power Point i Acces). Dilluns i dimecres, de 9 a 10.30 h, al Casal de Castelló.
Inici: 10 de febrer.
Final: 1 de juny.
Preu i inscripció: gratuït. Places limitades.

FORMACIÓ OCUPACIONAL

AULA ACTIVA

Espai de treball per a la recerca de feina, formació i acompanyament en el procés d'inserció, adreçat a persones inscrites a la Borsa de Treball Municipal, en procés de recerca o millora laboral. Dimarts, de 9.30 a 13.30 h, al Centre Emprèn. Dijous, de 15 a 18 h, al Casal de Castelló.

Tallers grupals
El primer dijous de cada mes es duen a terme tallers grupals rotatius de 9.30 a 10.30 h:

- Dona una volta al teu CV.
- Trobar feina a través d'aplicacions mòbils/webs o porta a porta.
- Prepara't l'entrevista.

Renova't SOC

El primer dilluns de cada mes a Empuriabrava, de 9.30 a 10.30 h, i el primer dijous de cada mes al Casal de Castelló, de 15.30 a 16.30 h. Taller on aprendràs com renovar-te tu mateix el DARDO i/o demanar cita prèvia al SOC.

Borsa de Treball Municipal

Servei d'informació, assessorament i orientació laboral a persones empadronades al municipi. Dilluns, de 9 a 13 h, al Centre Emprèn. Dimecres, de 9 a 13 h, a Serveis a la Ciutadania. Amb cita prèvia al tel. 972 25 01 65 / 972 45 68 17

LINKEDIN, RECERCA DE FEINA A TRAVÉS D'AQUESTA XARXA SOCIAL (4 hores)

Adreçat a persones inscrites a la Borsa de Treball Municipal i/o en procés de recerca o millora de feina.

A càrrec de Miguel Ibáñez.

Dies 13 i 14 de febrer, de 9.30 a 11.30 h.

Preu i inscripció: gratuït. Places limitades. Inscripcions a Serveis a la Ciutadania de l'Ajuntament de Castelló d'Empúries o al Centre Emprèn.

CURS D'INTRODUCCIÓ A LA PEIXATERIA (30 hores)

Curs destinat a conèixer els tipus de peix i marisc, netejar, filetejar i conservar. Adreçat a persones inscrites a la Borsa de Treball Municipal i/o en procés de recerca o millora de feina. A càrrec de l'Aula Gastronòmica de l'Empordà.
Del 12 al 27 de març, de 9.15 a 11.45 h, al Centre Emprèn.
Preu i inscripció: gratuït. Places limitades. Inscripcions a Serveis a la Ciutadania de l'Ajuntament de Castelló d'Empúries o al Centre Emprèn.

XERRADA: 7 COSES QUE HAS DE SABER ABANS DE SIGNAR UN CONTRACTE

Adreçat a persones inscrites a la Borsa de Treball Municipal i/o en procés de recerca o millora de feina. A càrrec de Maria Polo, assessora laboral del grup SADE, Serveis Administratius d'Empresa.
Dilluns 23 de març, de 9.30 a 11 h, al Centre Emprèn.
Preu i inscripció: gratuït. Places limitades. Inscripcions a Serveis a la Ciutadania de l'Ajuntament de Castelló d'Empúries o al Centre Emprèn.

TALLER-XERRADA: TROBAR FEINA A L'ESTIU

Xerrada – taller per reflexionar sobre la millor via i recursos per trobar feina a l'estiu.

Adreçat a persones joves d'entre 16 i 29 anys.

Dilluns 18 de maig, a les 16 h, a l'Espai Jove El Centro.
Dilluns 8 de juny, a les 16 h, al Casal Cívic d'Empuriabrava.
Preu i inscripció: gratuït. Places limitades. Inscripcions a Serveis a la Ciutadania de l'Ajuntament de Castelló d'Empúries o al Centre Emprèn.

CURS DE MONITOR/A DE LLEURE (Intensiu Setmana Santa)

Aquest curs capacita per a l'exercici qualificat d'aquesta professió i proporciona la formació necessària per adquirir la competència professional i el coneixement propis d'aquest sector. Un cop superat tot el procés formatiu s'obté el Diploma i el Carnet de monitor/a d'activitats d'educació en el lleure infantil i juvenil expedit per la Generalitat de Catalunya. A càrrec de l'Escola l'Empordà.
Del 3 al 25 d'abril, al Centre Emprèn d'Empuriabrava i al Car de Roses.
Preu i inscripció: 265 euros (l'estada a la casa de colònies tindrà un cost addicional de 35 euros que s'hauran de pagar el mateix dia a la casa de colònies). Inscripcions i informació als Espais Joves municipals (972 15 63 23).
Cal tenir 18 anys complerts el primer dia del curs.

CURS DE MONITOR/A DE MENJADOR ESCOLAR

Aquest curs és complementari al curs oficial de monitor/a, pensat per aquelles persones que volen millorar el seu currículum així com els seus coneixements per tal d'adquirir les competències necessàries en el temps de migdia que inclou el menjador escolar. Un cop superat el curs, s'entrega un títol propi que acredita l'aprofitament i la realització satisfactòria del curs.

A càrrec de l'Escola l'Empordà.

Dissabtes 7 i 14 de març, de 10 a 14 h i de 16 a 20 h, a l'Espai Jove el Centro i al Car de Roses.

Preu i inscripció: 170 euros. Inscripcions i informació als Espais Joves municipals (972 15 63 23).

Cal tenir 18 anys complerts el primer dia del curs.

CURS DE MONITOR/A DE TRANSPORT ESCOLAR

El curs té com a objectiu capacitar l'alumne/a per fer competentment la tasca d'acompanyant, tant des del punt de vista de l'exigència legal com des del punt de vista educatiu. Aquesta activitat és sempre educativa, i aquest curs té la pretensió de fer-ne conscients als alumnes perquè actuïn en conseqüència. Un cop superat el curs, s'entrega un títol propi que acredita l'aprofitament i la realització satisfactòria del curs.

A càrrec de l'Escola Empordà.

Dissabtes 21 i 28 de març, de 10 a 14 h i de 16 a 20 h, l'Espai Jove el Centro i al Car de Roses.

Preu i inscripció: 125 euros. Inscripcions i informació als Espais Joves municipals (972 15 63 23).

Cal tenir 18 anys complerts el primer dia del curs.

CURS D'INTRODUCCIÓ AL LLEURE

L'Agrupament Escolta de Castelló d'Empúries (l'AEIG XOTS) i el Departament de Joventut han dissenyat una formació per a introduir als i les participants al món del lleure. El curs vol oferir tot un seguit de coneixements, competències, recursos i experiències alhora que passem uns dies ben divertits. Es donarà un certificat d'assistència.

Dissabte 4, dilluns 6 i dimarts 7 d'abril.

Preu i inscripció: 8 euros. Inscripcions als Espais Joves del municipi, a partir del 3 de març.

Places limitades per ordre d'inscripció.

FORMACIÓ EMPRESARIAL I COMERCIAL

Jornades formatives dirigides a descobrir l'impacte de la neurocomunicació en les emocions i com influeixen aquestes en els processos de venda, desenvolupar l'habilitat de persuadir amb la finalitat d'assolir l'alt rendiment comercial i aprendre la importància de saber interpretar la gestualitat dels nostres clients.

A càrrec d'Antonia Pichot, Josep M. Carreira i Carles Insa, professionals de l'equip de Cresenzia.
Preu i inscripció: gratuït. Places limitades. Inscripcions al Centre Emprèn.

NEUROCOMUNICACIÓ: L'ART DE LA PERSUASIÓ COMERCIAL

Dimarts 18 i dijous 20 de febrer, de 14 a 16 h, al Convent de Santa Clara.

NEUROCOMUNICACIÓ 2.0: L'HABILITAT DE LA INTERPRETACIÓ GESTUAL

Dimarts 17 i dijous 19 de març, de 14 a 16 h, al Convent de Santa Clara.