

# el rengle

## PROGRAMACIÓ CULTURAL



### Noves propostes als centres cívics

L'oferta d'activitats, que va de febrer a juny, s'organitza en cinc àrees temàtiques i conté una trentena de cursos i tallers. En l'apartat de salut i creixement personal, destaquen els nous tallers per eliminar el dolor i l'estrès i per millorar les relacions, i tornen els de ioga i microgimnàstica. En expressió i creativitat, es proposa novament el curs per millorar la tècnica vocal amb integrants del grup In Crescendo; i novetats com iniciació al baix elèctric, introducció a la il·lustració i ball flamenc per a gent gran. Dins l'àrea de terra i fogons, destaquen els cursos d'una sessió dedicats als cereals mill i quinoa, als sucus verds i a l'especialitat japonesa okonomiyaki. En cultura digital, s'ofereix formació d'iniciació a la informàtica, a Internet i a les xarxes socials, i també píndoles sobre com posar a punt l'ordinador, treure partit del mòbil o la tauleta, i protegir amb antivirus. Per últim, dins l'àrea de recursos, tornen la conversa en anglès i com treure partit de la màquina de cosir. Les inscripcions a tots els cursos es faran del 18 de gener al 5 de febrer, de forma presencial a qualsevol centre cívic, o en línia a [www.granollers.cat/centrescivics\\_inscripcions](http://www.granollers.cat/centrescivics_inscripcions). Més informació a [www.facebook.com/Centres-Cívics-Granollers](http://www.facebook.com/Centres-Cívics-Granollers)

#### DIVENDRES 1

10 h GRA. Equipament juvenil  
**Inscripcions obertes** al + Recicla't. Cursos i tallers, de gener a juliol, per a joves de 12 a 35 anys. Més info, [www.grajove.cat](http://www.grajove.cat)

#### DILLUNS 4

19 h GRA. Equipament juvenil  
**Inici de l'exposició fotogràfica** "D'Alaska a Xile en bicicleta"

#### DIJOUS 7

10 h Biblioteca Can Pedrals  
**Obertura inscripcions** curs formació digital +55 a [www.granollers.cat/inscripcionsbiblioteques](http://www.granollers.cat/inscripcionsbiblioteques) i a la biblioteca

#### DIVENDRES 8

18 h Biblioteca Roca Umbert  
**Superlectors**. Club de lectura per a lectors autònoms de 7 a 11 anys

19 i 22 h Centre Cultural  
**Cinema en versió original**. *Woman in Gold* (*La dama de oro*, 2015). De Simon Curtis  
Organitza: Cineclub de l'AC

19 h GRA. Equipament juvenil  
**Presentació i videoprojecció** d'"Alaska a Xile en bicicleta. 30.000 km d'experiències amb Marc Hors i Indira Urrutia". Introducció a càrrec de Granollers Pedala

19.30 h Centre Cívic Nord  
**Trobada i xerrada sobre fotografia** "Il·lumina't". Org.: Assoc. Fotogràfica J. Oller. Més informació: [www.afjaumeoller.cat](http://www.afjaumeoller.cat)

#### DISSABTE 9

10.30 h Biblioteca Can Pedrals  
**L'hora menuda**. "Xica bonica", amb Anna Torrents. Per a infants de 0 a 15 mesos  
Inscripció prèvia a [www.granollers.cat/inscripcionsbiblioteques](http://www.granollers.cat/inscripcionsbiblioteques)

21 h Teatre de Ponent  
**Teatre**. *Citizen*, amb *la Cia*. Chévere

22 h La Troca. Roca Umbert  
**Jam de swing!**. Organitza: Lindy Frogs i Bigpotters Swing

