

agenda jove

febrer/març 2010



espai actiu

LA PAERIA



Ajuntament de Lleida

Inscripcions a les activitats

Les inscripcions es realitzaran a la PALMA - Centre de Recursos Juvenils, excepte quan a l'activitat s'indiqui el contrari.

Algunes de les activitats tenen les places limitades i s'assignaran per rigorós ordre d'inscripció.

L'organització es reserva el dret de modificar o anul·lar alguna de les activitats previstes. En cas de ser així s'informarà oportunament a les persones afectades.

Directori d'equipaments de la Regidoria de Joventut Palma - Centre de Recursos Juvenils

C. la Palma, 6-10 · 25002 Lleida

Tel. 973 700 666

joventut@paeria.cat

Horari: de dilluns a dissabte de 10 a 13.30 h i de 16.30 a 20 h

Bucs d'Assaig Musical "El mercat"

Pl. de Sant Jordi, s/n. 25001 Lleida (La Bordeta)

Tel. 973 204 593

bucsmusicals@paeria.cat

Horari: de dilluns a divendres de 18 a 23 h. Dissabtes de 10 a 14 i de 16 a 22 h

Club Jove Magraners

Centre cívic de Magraners

Pl. Joan XXIII, s/n. 25001 Lleida

Horari: de dimecres a divendres de 18 a 21 h

Club Jove Secà

Centre cívic del Secà de St. Pere

Pl. Sant Pere, s/n. 25005 Lleida

Horari: de dimecres a divendres de 18 a 21 h

Subscriu-te

Envia'ns el teu nom complet i correu electrònic a **joventut@paeria.cat** i rebràs aquesta agenda i moltes altres informacions a la teva bústia electrònica.

deposit legal: L - 1829 - 09

Amb el suport:



MINISTERIO
DE SANIDAD
Y POLÍTICA SOCIAL



SECRETARÍA DE ESTADO
DE INMIGRACIÓN
Y EXTRANJERÍA
DIRECCIÓN GENERAL
DE INMIGRANTES



FONDO EUROPEO
PARA LA
INTEGRACIÓN

oíndex



Buscadors

per activitat	4
per edat	6

Guia d'activitats

Sortides	8
Tecnologia i multimèdia	10
Esports	13
+ Palma	16
Música	18
Dansa i creació	22
Cuina i altres habilitats	24
Formació i voluntaris joves	27
Activitats entitas juvenils	28
Programació cultural	31



Buscador per activitat

Activitat	Data	Edat	Pàgina
 Sortides Esquí a Boí Taüll	20 de febrer i 6 de març	totes	8
 Multimèdia i noves tecnologies Photoshop Flash Collage fotogràfic Xerrada "Internet Segura" Fotografia amb càmera rèflex	del 2 al 25 de febrer del 2 al 25 de març del 4 al 18 de febrer 25 de març del 2 al 16 de març o del 12 al 26 d'abril	13-30 13-30 13-25 totes 13-30	10 10 11 12 12
 Esports Arts marcial T'ai – nivell II Iniciació a la capoeira Iniciació al beisbol Softbol Bàdminton i ping pong Street Bàsquet Bàsquet	del 2 de març al 27 d'abril del 3 de febrer al 31 de març de l'1 al 29 d'abril del 4 de març al 13 de maig del 18 de febrer al 27 maig del 30 de març al 25 de maig del 10 de febrer al 26 de maig	13-25 13-25 13-25 14-25 14-25 14-25 14-25	13 13 13 14 14 15 15
 Música Iniciació a la percussió africana Iniciació a la batucada Percussió del Món Iniciació a la guitarra Canem en grup Ableton live RAP.10 EL MERCAT – Espai Hip Hop Concurs de DJ'S	de l'11 de feb. al 24 de març de l'1 al 29 de març del 9 de març al 13 d'abril del 4 de març al 6 de maig del 7 d'abril al 5 de maig del 16 de febrer al 16 de març - a partir del 8 de gener maig	13-30 14-25 14-25 14-30 14-25 16-35 - 14-20 18-35	19 19 19 20 20 20 21 21 21



Activitat	Data	Edat	Pàgina
Dansa i creació			
Dansa del ventre	del 6 de febrer al 27 de març	13-30	22
Tango argentí	del 6 de febrer al 27 de març	18-30	22
Caricatures	del 17 de febrer al 17 de març	13-30	22
Locking, House, Popping, NY Style	del 7 d'abril al 12 de maig	13-30	23
Iniciació al cinema d'animació	del 20 de març al 17 d'abril	16-35	23
Cuina i moda			
Entrepans. Noves tendències	6 i 13 d'abril	totes	24
Cuina per a negats	20 i 27 d'abril	totes	24
Pastisseria	del 5 al 26 de març	13-25	24
Supervivència domèstica	del 3 al 24 de març	totes	25
Automaquillatge	27 de febrer	13-30	25
Formació per a entitats juvenils			
Curs de gestió d'entitats juvenils 2ª ed.	del 15 de març al 26 d'abril	totes	27
Voluntaris Joves			
Bicis solidàries	-	totes	27
Activitats entitats juvenils			
Dansa lliure i pilotes	del 30 de gener al 29 de maig	18	28
Samba – axé	del 4 de febrer al 4 de març	13-30	28
Acrobàcies a la capoeira	del 18 de març al 27 de maig	13-30	28
Nit Temàtica: medieval - fantàstica	20 de febrer	totes	29
1r campionat MENSA de jocs intel·ligents	6 de març	14	29
Cinema impactant	11 de febrer	15-25	29
Personalitza la teva samarreta	18 de febrer	13-22	30
Jocs en Xarxa	11 de març	13-20	30
Programació cultural	-	-	31



Buscador per edat

Edat	Activitat	Data	Pàgina
de 13 a 20 anys	 Jocs en Xarxa	11 de març	30
de 13 a 22 anys	 Personalitza la teva samarreta	18 de febrer	30
de 13 a 25 anys	 Collage fotogràfic	del 4 al 18 de febrer	12
	 Arts marcial T'ai – nivell II	del 2 de març al 27 d'abril	13
	 Iniciació a la capoeira	del 3 de febrer al 31 de març	13
	 Iniciació al beisbol	de l'1 al 29 d'abril	13
	 Pastisseria	4, 18 i 25 d'abril	24
de 13 a 30 anys	 Photoshop	del 2 al 25 de febrer	10
	 Flash	del 2 al 25 de març	10
	 Fotografia amb càmera rèflex	del 2 al 16 de març o del 12 al 26 d'abril	12
	 Automaquillatge	27 de febrer	25
	 Dansa del ventre	del 6 de febrer al 27 de març	22
	 Caricatures	del 17 de febrer al 17 de març	22
	 Locking, House, Popping, NY Style	del 7 d'abril al 12 de maig	23
	 Iniciació a la percussió africana	de l'11 de feb. al 24 de març	25
	 Samba – axé	del 4 de febrer al 4 de març	28
	 Acrobàcies a la capoeira	del 18 de març al 27 de maig	28
de 14 a 20 anys	 EL MERCAT – Espai Hip Hop	a partir del 8 de gener	21
	 1r Campionat MENSA de Jocs Intel·ligents	6 de març	29

Activitats



Multimèdia



Dansa i creació



Participació juvenil



Entitats juvenils



Voluntaris joves



Edat	Activitat	Data	Pàgina
de 14 a 25 anys	Softbol Bàdminton i ping pong Street Bàsquet Bàsquet Iniciació a la batucada Percussió del Món Cantem en grup	de l'11 de febrer al 13 de maig del 18 de febrer al 27 de maig del 30 de març al 25 de maig del 10 de febrer al 26 de maig de l'1 al 29 de març del 9 de març al 13 d'abril del 7 d'abril al 5 de maig	14 14 15 15 19 19 20
de 14 a 30 anys	Iniciació a la guitarra	del 4 de març al 6 de maig	20
de 15 a 25 anys	Cinema Impactant	11 de febrer	29
de 16 a 35 anys	Ableton live Iniciació al cinema d'animació	del 16 de febrer al 16 de març del 20 de març al 17 d'abril	20 23
18 anys	Dansa lliure i pilotes	del 30 de gener al 29 de maig	28
de 18 a 30 anys	Tango argentino	del 6 de febrer al 27 de març	22
de 18 a 35 anys	Concurs de DJ'S	maig	21
totes les edats	Esquí a Boi Taüll Xerrada "Internet Segura" Entrepans. Noves tendències. Cuina per a negats Supervivència domèstica Curs de gestió d'entitats juvenils 2ª ed. Bicis solidàries Nit Temàtica: medieval - fantàstica	20 de febrer i 6 de març 25 de març 6 i 13 d'abril 20 i 27 d'abril 27 de febrer del 15 de març al 26 d'abril - 20 de febrer	8 12 24 24 25 27 27 29

➔ Sortides

Sortides d'esquí a Boí Taüll

Dates: dissabtes, 20 de febrer i 6 de març

Horari: sortida a les 6.30 hores des del Camp d'Esports

Lloc: Boí Taüll

Edat: a partir de 15 anys (menys de 15, acompanyats d'un adult)

Preu: 35 euros

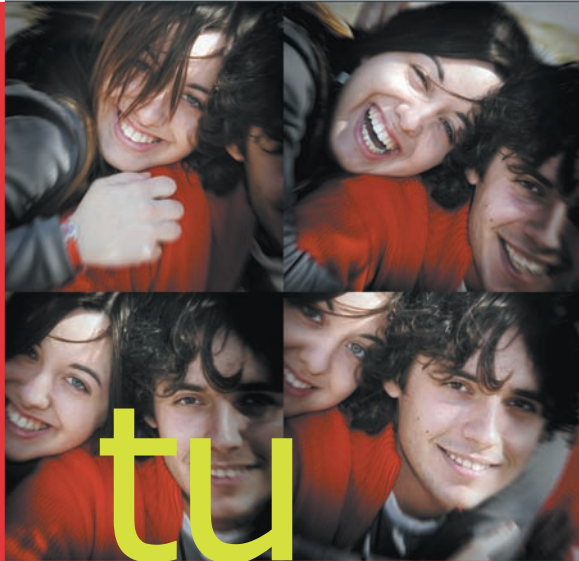
(inclou transport + forfait + assegurança)

Termini d'inscripció: 17 de febrer i 3 de març, respectivament



*"La meravella d'un sol floc de neu supera
la sabiduria d'un milió de meteoròlegs"*

Sir Francis Bacon



habitatge jove

Un servei d'intermediació
entre propietaris i joves
que facilita el lloguer d'habitatges

- Pisos de lloguer en bon estat.
- Servei gratuït en tots els tràmits.
- Assegurança multirisc gratuïta.
- Assessorament gratuït en tots els temes relacionats amb l'habitatge.

borsa
d'habitatge
jove

973 700 668
truca'ns

...i si sou propietaris
podeu llogar el vostre pis
amb seguretat i garanties

Us oferim un servei gratuït on
trobareu:

- Assessorament i tramitació del contracte.
- Assegurança multirisc de l'habitatge.
- Assegurança de cobrament de la renda del lloguer.
- Inventari.

joventut
tu mous lleida

En conveni amb:



Generalitat de Catalunya
Departament d'Acció Social i Ciutadania
Secretaria de Joventut



Ajuntament de Lleida

@ Multimèdia i noves tecnologies

Photoshop

Realització d'exercicis pràctics de retoc fotogràfic, creació de cartells i altres elements publicitaris.

Dates: dimarts i dijous, del 2 al 25 de febrer

Horari: de 10 a 12 h

Lloc: Palma

Edat: 13 a 30 anys

Preu: 6 euros

Requisit: imprescindible tenir coneixements d'ofimàtica

Flash

Coneix l'animació per ordinador d'una forma pràctica i senzilla. Mitjançant "Flash" ens divertirem aprenent diverses tècniques i realitzant una petita història.

Dates: dimarts i dijous, del 2 al 25 de març

Horari: de 18 a 20 h

Lloc: Palma

Edat: de 13 a 30 anys

Preu: 6 euros

Requisit: imprescindible tenir coneixements d'ofimàtica





*"No tinc por als ordinadors;
el que em fa por és quedar-me sense ells"*
Isaac Asimov, escriptor

Collage fotogràfic

Elabora els teus propis collages fent retocs fotogràfics d'una forma divertida i original...

Dates: dijous, del 4 al 18 de febrer

Horari: de 18.30 a 20.30 h

Lloc: Club Jove Magraners. Centre Cívic de Magraners,
Pl. Joan XXIII, 1

Edat: 13 a 25 anys

Preu: gratuït

Observació: el software serà de programari lliure



@ Multimèdia i noves tecnologies

Xerrada “Internet Segura”

S'exposaran estratègies per protegir els webs i com denunciar fets anòmals en l'ús d'internet.

Data: dijous 25 de març

Horari: de 18 a 20 h

Lloc: Palma

Edat: totes

Preu: gratuït

A càrrec de: Unitat Regional de Proximitat i Atenció al Ciutadà dels Mossos d'Esquadra de Lleida.

Observacions: adreçada a joves, pares i mares, entitats, professionals i tota persona interessada en aquest tema.

Fotografia amb càmera rèflex

El taller va destinat a aquelles persones que vulguin iniciar-se i aprofundir en el món de la fotografia, coneixent les tècniques bàsiques, des d'un punt de vista més tècnic i estètic.

TORN A

Dates: dimarts i dijous, del 2 al 16 de març

Horari: de 18 a 20 h

TORN B

Dates: dilluns i dimecres, del 12 al 26 d'abril

Horari: de 20 a 22 h

Lloc: Palma

Edat: de 13 a 30 anys

Preu: 6 euros

Observació: tots els alumnes que facin el curs han de dur càmera fotogràfica rèflex digital o analògica. Els alumnes que duguin càmera analògica han d'assumir el cost del revelat de dos rodets fotogràfics.



Esports

Arts marciais T'ai – nivell II

Curs de pràctica del taewkon-do, t'ai chi, kung-fu, aikido, defensa personal i altres tècniques orientals, tot des de la vessant de la no violència, del reforç d'hàbits personals i socials i del creixement integral.

Dates: dimarts, del 2 de març al 27 d'abril

Horari: de 19.30 a 21 h

Lloc: Palma

Edat: de 13 a 25 anys

Preu: 3 euros

Col·labora: Escola T'ai

Observació: curs adreçat als participants que hagin fet el curs d'iniciació o que ja estiguin practicant aquests esports.

Curs d'iniciació a la capoeira

Art marcial - dansa brasilera de la mà del Formado Jet Lee, capoeirista brasiler.

Dates: dimecres, del 3 de febrer al 31 de març

Horaris: de 17.30 a 19 h

Lloc: Palma

Edat: de 13 a 25 anys

Preu: 6 euros

Col·labora: Associació de Capoeira Topazio i Cultura Brasileira de Lleida

Curs d'iniciació al beisbol

Atreveix-te a conèixer aquest apassionant esport, familiaritzant-te amb les seves estratègies bàsiques.

Dates: dijous, de l'1 al 29 d'abril

Horaris: de 18.30 a 20.30 h

Lloc: Club Jove Secà. Centre Cívic del Secà de St. Pere

Edat: de 13 a 25 anys

Preu: activitat gratuïta



*La glòria no consisteix en no caure,
sí no en aixecar-te cada vegada que caus.*
Anònim

Softbol

Un esport d'equip descendent directe del beisbol

Dates: dijous, del 4 març al 13 de maig

Horari: de 17.30 a 19.30 h

Lloc: Camp Municipal de futbol de sorra de la Bordeta

Edat: de 14 a 25 anys

Preu: gratuït

Bàdminton i ping pong

Adquireix agilitat, resistència i habilitat amb la raqueta.

Dates: del 18 de febrer al 27 de maig

Horari: Grup 1: dilluns de 17 a 19 h

Grup 2: dijous de 17 a 19 h

Lloc: Pavelló IES Escola del Treball

Edat: de 14 a 25 anys

Preu: gratuït



Esports

Street Bàsquet

Practica aquest estil de bàsquet al carrer, amb les seves normes específiques i els seus moviments espectaculars.

Dates: dimarts, del 30 de març al 25 de maig

Horari: de 18.30 a 20 h

Lloc: Pista esportiva Pius XII

Edat: de 14 a 25 anys

Preu: gratuït

Bàsquet

Entrenament físic i tècnic per millorar la pràctica diària. Perfeccionaràs els teus moviments i podràs fer partits en un espai idoni.

Dates: dimecres, del 10 de febrer al 26 de maig

Horari: de 16.30 a 18 h

Lloc: Pavelló municipal de Magraners

Edat: de 14 a 25 anys

Preu: gratuït



+ Palma

per a joves de 13 a 17

Dissabtes d'11.30 a 13 h i de 17 a 19.30h

Tots els dissabtes, campionats de Wii i Playstation, cicles de sèries televisives, jocs de taula, jocs en xarxa i aula d'estudi.

Les activitats són gratuïtes..

GENER

Dia	Matí	Tarda	Tot el dia
9		• Dansa del ventre*	• Feltre • Projectió
16	• Construcció de pilotes de malabars • Ping Pong • Creació del blog +Palma	• Màscara de guix* • Risoteràpia* • Projectió Simpsonmania	
23	• Maquillatge de fantasia*	• Taller de disfresses*	• Globoflèxia • Torneig de ping pong*
30		• Còctels sense alcohol* • Funky*	• Papiroflèxia • Projectió

* cal inscripció prèvia.

FEBRER

Dia	Matí	Tarda	Tot el dia
6	• Globoflèxia • Moneders de còmic	• Atrapasomnis • Galetes de coco i xocolata* • Samba*	• Feltre • Projectió
13	• Tallers de bosses amb samarretes		• Projectió
20	• Decoració d'ungles	• Pentinats i trenes* • loga, pilates i estiraments • Magdalenes integrals*	• Projectió
27	• Customització de samarretes amb transfers	• Improvisació teatral*	• Projectió

* cal inscripció prèvia.

MARÇ

Dia	Matí	Tarda	Tot el dia
6	• Hoffman*	• Pizzes* • Beatbox*	• Campionat d'escacs*
13	• Papiroflèxia	• Joieria de feltre • Moneders de còmic • Capoeira*	• Projectió
20		• Concurs de sudokus • Jocs de rol* • Karaoke	
27		• Entrepans noves tendències* • Break dance*	• Trivial

* cal inscripció prèvia.

ABRIL

Dia	Matí	Tarda	Tot el dia
10		• Recreatius Palma	• Customització de samarretes* • Tallers de xocolata*
17	• Roses de Sant Jordi*	• Punts de llibre • Aeròbic* • Bingo	• Joies de material reciclat • Projectió
24	JORNADA DE PORTES OBERTES: vídeos, fotos, exposició, coreografia Michael Jackson i xocolatada.		

* cal inscripció prèvia.

ESPECIAL SETMANA SANTA:

COREOGRAFIA THRILLER, HOMENATGE A MICHAEL JACKSON.

29, 30 I 31 DE MARÇ. (cal inscripció) Horari de 10.30 a 13.30h i de 17.30 a 20h

Més informació d'horaris i inscripcions a www.paeria/joventut/lleureicreacio/+palma
o al telèfon 973 700 666



Música



DIRECTE 2010.
Mostra de música jove de Lleida

directe
MOSTRA DE MÚSICA JOVE DE LLEIDA

CALENDARI DE CONCERTS

Dia	Lloc	Hora concert	Grup
dijous 4 febrer	STONES	22 h	GARLIC LOLLIPOPS TETRABRICK
divendres 5 febrer	PUB LÍNIA	21 h	BABYFIVERS BOLA NEGRA
dijous 11 febrer	CITY ARMS	21 h	REBBORN FARADAY
divendres 12 febrer	EPAP	22 h	FOLK'ON GO LIMIT
dijous 18 febrer	CITY ARMS	21 h	CAU DE TALP PROYECTO BOMBERO
divendres 19 febrer	CAFÈ DEL TEATRE	22 h	BEAT DJ ENEAS VESPER ON MYB
dissabte 20 febrer	CAFÈ DEL TEATRE	22 h	MILIMA FLYING PEPPERS
dijous 25 febrer	LA BOÎTE	21 h	EL ESE BOVERS LA STREET FLOW RAZA FINA RACIAL FURY
dijous 11 març	STONES	22 h	OVERDRIVE TACKPACK
divendres 12 març	LA BOÎTE	22 h	SEPTHING THE GULAGGERS PENIS DE GOS



Música

Iniciació a la percussió africana

Podràs conèixer la cultura musical africana tocant diversitat de ritmes i instruments de percussió, fent que la música ens faci passar una bona estona.

Dates: dimecres, del 17 de febrer al 24 de març

Horari: de 19 a 21 h

Lloc: Centre Cívic de Raïmat

Edat: de 13 a 30 anys

Preu: 3 euros

Col·labora: Grup de Joves de Raïmat

Requisits: tenir yambé o altres instruments de percussió

Iniciació a la batucada

Si t'agrada la percussió, la cultura brasilera, compartir les teves afeccions amb altres persones i aprendre a tocar nous instruments, aquesta es la teva.

Dates: dilluns, de l'1 al 29 de març

Horari: de 18.30 a 20 h

Lloc: Bucs d'assaig El Mercat

Edat: de 14 a 25 anys

Preu: gratuït

Percussió del Món

Taller d'iniciació a la percussió magrebina, llatina i de l'Àfrica subsahariana.

Dates: dimarts, del 9 de març al 13 d'abril

- 9 de març percussió magrebina
- 16 de març percussió Llatina
- 23 i 30 de març percussió Àfrica subsahariana

Horari: de 19 a 20.30 h

Lloc: Bucs d'assaig El Mercat

Edat: de 14 a 25 anys

Preu: 10 euros

Observacions:

Si teniu instruments de percussió, porteu-los.



*"La música és el plaer que experimenta
la ment humana al cantar sense
adonar-se que està cantant"*
Bono, cantant d'U2

Iniciació a la guitarra

Iniciació a l'afinació, les posicions i els acords bàsics, a través de cançons conegudes.

Dates: dijous, del 4 de març al 6 de maig

Horari: 1 grup: de 19 a 20 h
2 grup: de 20 a 21 h

Lloc: Bucs d'assaig El Mercat

Edat: de 14 a 30 anys

Preu: 15 euros

Observacions: cal portar guitarra

Cantem en grup

Iniciació al cant modern. Gaudeix cantant en grup els grans hits de la música actual i de tots els temps.

Dates: dimecres, del 7 d'abril al 5 de maig

Horari: de 19 a 20.30 h

Lloc: Bucs d'assaig El Mercat

Edat: 14 a 25 anys

Preu: gratuïta

Ableton live

Iniciació a la producció de música electrònica amb el programa Ableton live.

Dates: dimarts, del 16 de febrer al 16 de març

Horari: de 19 a 21h

Lloc: Centre Cultural Ibercaja. Rambla de Ferran, 38

Edat: 16 a 35 anys

Preu: 6 euros

Organitzat conjuntament amb:
iberCaja 



Música

RAP.10 - 2n Concurs de Rap Ciutat de Lleida

La segona edició del concurs RAP.10 ja és aquí! Aquest any amb un nou format... Si t'agrada el rap i composes els teus propis temes pots consultar les bases a www.paeria.cat/joventut (apartat de Creació).

EL MERCAT – Espai Hip Hop

Un espai de trobada i intercanvi d'experiències per a joves de 14 a 20 anys interessats per la cultura Hip Hop.

Podràs participar en diversos tallers (producció musical, beatbox, so, etc.) i participar activament en l'organització d'esdeveniments (batalles de freestyle, concerts, xerrades, concursos, etc.).

A partir del 8 de gener, ens trobaràs tots els divendres de 18 a 21 h a EL MERCAT (Pl. St Jordi s/n, La Bordeta).
www.myspace.com/elmercat_hiphop

Concurs de DJ'S

Bases:

- Poden participar: DJ's de música electrònica de 18 a 35 anys
- Termini de presentació de maquetes: 31 de març de 2010
- Premi: una actuació remunerada a la carpa electrònica de les Festes de Maig, com a teloner d'un DJ internacional.
- + info i bases complertes: www.paeria.cat/joventut

Semifinals 6è Concurs de dj's: 30 d'abril, 14 i 21 de maig. Fissure a les 00h.

Vermut Electrònic: dissabte, 22 de maig a la 13h a la Panera. S'enunciaran els noms dels finalistes del 6è Concurs de dj's ciutat de Lleida.

Organitzat conjuntament amb:





Dansa i creació

Dansa del ventre

Vols aprendre un dels balls més antics del món?

En aquesta dansa trobaràs una manera de cuidar-te, una manera més d'expressar-te i una manera més de gaudir.

Dates: dissabtes, del 6 febrer a 27 de març

Horari: de 10.30 a 12h

Lloc: Palma

Preu: 6 euros

Edat: de 13 a 30 anys

Tango argentino

Descobreix el Tango Argentí, un estil de ball que t'enganxarà

Dates: dissabtes, del 6 febrer a 27 de març.

Horari: de 12 a 13.30 h

Lloc: Palma

Preu: 6 euros

Edat: de 18 a 30 anys

Caricatures

Tècniques i secrets de la mà d'un professional.

Dates: dimecres, del 17 de febrer al 17 de març.

Horari: de 18.30 a 20.30h

Lloc: Palma

Preu: 6 euros

Edat: de 13 a 30 anys

Organitzat conjuntament amb:

iberCaja 





*El ballari té l'òida
a la punta dels peus.*
Friedrich Nietzsche

Locking, House, Popping, NY Style

Aprèn i practica estils i tècniques de les noves tendències en dansa.

Dates: dimecres, del 7 d'abril al 12 de maig

Horari: de 18.30 a 20 h

Lloc: Palma

Preu: 6 euros

Edat: de 13 a 30 anys

Iniciació al cinema d'animació

Crea imatges i dona'ls-hi vida. Aprèn tècniques audiovisuals com animació amb llum, cut out, pixelació i stop motion.

Dates: dissabtes, del 20 de març al 17 d'abril

Horari: 10h a 14h

Lloc: Palma

Preu: 6 euros

Edat: de 16 a 35 anys

Organitzat conjuntament amb: **iberCaja** 





Cuina i altres habilitats

Entrepans. Noves tendències

Fes entrepans elaborats. Diferents i boníssims, per no avorrir-te.

Dates: dimarts, 6 i 13 d'abril

Horari: de 19h a 21h

Lloc: Palma

Preu: 3 euros

Edat: totes

Cuina per a negats

Qui ha dit que per cuinar bé n'has de saber? Aprèn a cuinar de manera fàcil plats sans i nutritius.

Dates: dimarts, 20 i 27 d'abril

Horari: de 19 a 21h

Lloc: Palma

Preu: 3 euros

Edat: totes

Pâtisserie

Fes aquest taller i aprendràs a elaborar els teus propis pastissos, delicioses magdalenes, galetes i coques variades, experimentant amb ingredients, formes, sabors,...

Dates: divendres, del 5 al 26 de març

Horaris: de 20 a 21.30 h

Lloc: Casal de joves de Remolins (c. Cardenal Remolins, nº 13 baixos, aprop Estació Renfe)

Edat: de 13 a 25 anys

Preu: 3 euros

Col·labora: PROSEC



*És millor una bona sardina
que un mal caviar.*

Santi Santamaria, Xef.



Supervivència domèstica

Aprèn a ser un manetes. Petites feines de fontaneria, electricitat o costura ja no seran un secret.

Dates: dimecres, del 3 al 24 de març

Horari: de 19h a 21h

Lloc: Palma

Preu: gratuït

Edat: totes

Organitzat conjuntament amb: **iberCaja** 

Automaquillatge

Aprèn noves maneres i trucs per maquillar-te.

Data: dissabte, 27 de febrer

Horari: de 17 a 19h

Lloc: Palma

Preu: gratuït

Edat: de 13 a 30 anys

Requisits: cada inscrit haurà de portar el seu material de maquillatge



**Relacions afectives,
enamorament...**

**Relacions
familiars**

Autoestima

Suport psicològic

**Alcohol, tabac
i altres drogues**

Amistats

Alimentació

Sexualitat

**Addiccions al joc
i la tecnologia**

Psico-consulta Jove

No et quedis amb el dubte!

Servei gratuït

Tots els dilluns de 16.30 a 19.30 hores

Vine sense demanar cita prèvia!



Formació per a entitats juvenils

Curs de gestió d'entitats juvenils – 2^a edició

La Regidoria de Joventut organitza aquest curs adreçat a entitats juvenils amb la finalitat de possibilitar eines de treball que millorin la seva gestió. Es tractaran continguts de legislació, economia, gestió i organització interna, disseny de projectes, recursos humans i materials, comunicació, difusió, subvencions, ajuts i altres tipus de recursos.

Dates: dilluns, del 15 de març al 26 d'abril

Horari: de 17 a 20 h

Durada: 20 hores

Lloc: Palma

Edat: totes les edats

Preu: 20 euros - 10 euros per a membres d'entitats juvenils. Cal que les persones interessades a participar i que siguin d'alguna entitat juvenil ho d'acreditin mitjançant un document signat per l'entitat.

Observacions: curs convalidat amb 2 crèdits de lliure elecció per la UdL.



Voluntaris Joves

Bicis solidàries

Campanya de recollida de bicicletes per enviar-les al Senegal.

Si tens una bicicleta que no fas servir porta-la a la Palma. Les enviarem al Senegal per a que les reparin, aprenguin a fer el manteniment i les utilitzin com a mitjà de transport.



Activitats entitats juvenils

Dansa lliure i pilotes

Un camí per descobrir l'harmonia corporal i la fluïdesa energètica tot respirant el moviment amb la música.

Dates: dissabtes, 30 de gener, 27 de febrer, 24 d'abril i 29 de maig

Horari: de 10 a 14 h

Lloc: Centre Cívic de Balàfia

Edat: a partir de 18 anys

Preu jove: 10 euros per sessió

Organitza: Delegació de l'Assoc. Catalana de Dansa Lliure a Lleida

Més informació i inscripcions:
dllire@gmail.com

Samba – axé

El ball brasiler ens ofereix un ventall enorme de ritmes i moviments. En aquest curs ballarem l'especialitat de la samba axé, amb coreografies molt animades i tot el ritme del nord-est del Brasil!!

Dates: dijous, del 4 de febrer al 4 de març

Horari: de 20.30 a 22 h.

Lloc: Palma

Edat: de 13 a 30 anys

Preu: 6 euros

Organitza: Associació de Capoeira Topázio i Cultura Brasileira de Lleida

Més informació i inscripcions a:
capoeiralleida@gmail.com.

Acrobàcies a la capoeira

Amb aquest taller aprendrem les bases de l'equilibri i petits trucs per poder realitzar moviments increïbles amb el nostre cos!! Figures que no ens haguéssim imaginat mai!! Anima't a provar-ho....."

Dates: dijous, del 18 de març al 27 de maig

Dies i horari: de 20.30 a 22 h

Lloc: Palma

Edat: de 13 a 30 anys

Preu: 6 euros

Organitza: Associació de Capoeira Topázio i Cultura Brasileira de Lleida

Més informació i inscripcions a:
capoeiralleida@gmail.com.



Activitats entitats juvenils

Nit Temàtica: medieval - fantàstica

Projecció de pel·lícules, rols narratius, rol en viu, campionats, arena de cavallers i moltes activitats més ambientades en una temàtica medieval-fantàstica.

Dia: dissabte, 20 de febrer

Horari: de 10 a 02 h

Lloc: Centre Cívic de Balàfia

Edat: totes

Preu: gratuït

Organitza: Assoc. Juvenil de Rol
Tramuntana – Lleida

Inscripcions: contacta@roltramuntana.com

Més informació: www.roltramuntana.com

1r campionat MENSA de jocs intel·ligents

Campionat de jocs de taula, rol i escacs organitzat per MENSA, Rol Tramuntana i Club d'Escacs de Lleida. Els jocs seran força variats, potser molts, desconeguts per al públic general, però amb un element comú, un alt grau d'estratègia i on el factor sort influeixi el mínim possible. Tots els tornejos tenen premi!!!

Data: 6 de març

Horari: de 9 a 21.30 h

Lloc: Universitat de Lleida
Campus de Cap Pont

Edat: a partir de 14 anys

Més informació i inscripcions:
contacta@roltramuntana.com
<http://torneomensa.es>

Cinema impactant

Visualitzarem una pel·lícula que ens faci reflexionar sobre aspectes importants de la societat (drogues, bullying, absentisme escolar, etc.) i a continuació realitzarem un petit debat.

Data: dijous, 11 de febrer

Horari: 17.30 a 20.30 h

Lloc: Punt Òmnia Pius XII
Germanor

Edat: de 15 a 25 anys

Preu: gratuït

Organitza: Grup de Joves de Pius XII – Germanor

Inscripcions: fins al 5 de febrer a: AAW de Pius XII – Germanor. Av. Pius XII – Germanor, 6-8 baixos i/o al telèfon 973 28 22 29 l'horari és de 18 a 20 hores.



Activitats entitats juvenils

Personalitza la teva samarreta

Voleu gaudir d'una samarreta original? veniu i confeccioneu-la al vostre gust mitjançant l'ordinador. Porteu-ne una i si no en teniu cap, nosaltres us la donem.

Data: dijous 18 de febrer

Horari: 18 a 20 h

Lloc: Punt Òmnia Pius XII – Germanor

Edat: de 13 a 22 anys

Preu: gratuït

Organitza: Grup de Joves de Pius XII – Germanor

Inscripcions: fins al 12 febrer a: AAVV de Pius XII – Germanor

Av Pius XII - Germanor, 6-8 baixos i/o al telèfon 973 28 22 29 l'horari és de 18 a les 20 hores

Jocs en Xarxa

Vols jugar amb nois i noies com tu? Vine i competiràs amb altres joves, mitjançant un joc d'ordinador entretingut.

Data: dijous, 11 de març

Horari: 18 a 20 h

Lloc: Punt Òmnia Pius XII – Germanor

Edat: de 13 a 20 anys

Preu: gratuït

Organitza: Grup de Joves de Pius XII – Germanor

Inscripcions: fins 5 de març a: AAVV de Pius XII – Germanor.

Av Pius XII - Germanor, 6-8 baixos i/o al telèfon 973 28 22 29 l'horari és de 18 a les 20 hores

Programació cultural

TEMPORADA D'ARTS ESCÈNIQUES. Teatre Municipal de l'Escorxador

- 11 febrer |21h| escorxadijous. **Mujeres super(h)adas** d'Ajo & Judit Farrés.
- 14 febrer |19h| comèdia musical en túrmixplayback. **Gold**. 15 anys de Túrmixplayback de The Chancettes.
- 18 febrer |21h| escorxadijous. **A taula!** de Playground.
- 27 febrer |20h| dansa hip hop. **Iva inclòs** de Brodas.
- 4 març |21h| escorxadijous. **Avatar** d'Erre que Erre.
- 6 març |20h| circ. **Capgirat** de Los Galindos.
- 12 març |21h| dansa i circ contemporani. **Mermaid's call** (el cant de la sirena) de Enclave dansa i CAER.
- 19 i 20 març |19h i 21.30h| escorxadijous. **El lloc equivocat** de Dimitri Ialta.
- 25 març |21h| lectura dramatitzada. **Un racó al Cafè de la granota** de La Remoreu Teatre i La Mirada.
- 27 març |21h| teatre. **Nixon-frost** de teatre Lliure.
- 8 abril |21h| escorxadijous. **Xerraires** de CAET.
- 18 abril |19h| teatre. **Un marit ideal** del Teatre Goya.
- 22 abril |21h| escorxadijous. **Avui no hi ha funció!!!** amb Àngels Margarit.
- 25 abril |19h| dansa. **Corol·la** d'Àngels Margarit – cia. Mudances.
- 16 maig |19h| teatre. **Boulevard** de la Villarroel.
- 30 maig |19h| teatre. **Nelly Blue** de T de teatre i Los Tigres.
- 6 juny |20h| circ. **Atempo** de la cia. Atempo circ.

CITES AMB LA CIUTAT

- **ANIMAC:** mostra internacional de cinema d'animació, del 22 al 28 de febrer de 2010
www.animac.info
- **AMP.** Accions musicals permanents, concerts a diverses sales de la ciutat
www.paeria.cat/cultura
- **MÚSIQUES DISPERSES.** IV Festival de músiques folk, del 5 al 27 de març de 2010
www.musiquesdisperses.com
- **XII FIRA NATURA.** Medi ambient i qualitat de vida
12, 13 i 14 de març de 2010
www.ipcena.org/firanatura_wordpress
- **16A MOSTRA DE CINEMA LLATINOAMERICÀ,** del 9 al 16 d'abril de 2010
www.mostradelleida.com
- **21a FIRA DE TEATRE DE TITELLES DE LLEIDA,** del 29 d'abril al 2 de maig de 2010
www.firatitelles.com

tens molt
per conèixer

SERVEI D'INFORMACIÓ JUVENIL

SERVEI D'HABITATGE JOVE

SALA MULTIMÈDIA

HOTEL D'ENTITATS JUVENILS

ACTIVITATS I TALLERS



palma

CENTRE DE RECURSOS JUVENILS

C. de la Palma 6 -10 · Lleida
Tel. 973 700 666
www.paeria.cat/joventut

