

PROGRAMA DELS CENTRES CÍVICS MUNICIPALS DE FIGUERES

OCTUBRE 2026 - JULIOL 2027



Ajuntament de
Figueres



Des del Servei d'Acció Cívica de l'Ajuntament de Figueres ens complau presentar-vos la nova programació dels centres cívics de la ciutat. Per a aquest nou període, hem preparat 160 activitats i més de 3.000 places, amb propostes que s'estendran des de l'octubre d'aquest any fins al juliol de 2027.

Aquesta programació neix amb entusiasme, compromís i la voluntat de continuar consolidant els centres cívics com a espais oberts, dinàmics i accessibles, al servei de tots els ciutadans.

Hem volgut oferir una proposta àmplia, diversa i inclusiva, pensada per a totes les edats i col·lectius: infants, joves, persones adultes i gent gran. Hi trobareu tallers, xerrades, activitats formatives, espais de trobada i iniciatives culturals que ofereixen oportunitats per aprendre, compartir experiències i enfortir els vincles entre les persones.

Els centres cívics són molt més que equipaments municipals: són espais de participació, relació i convivència, on els figuerencs i figuerenques poden trobar-se, implicar-se i construir comunitat.

Us convidem a descobrir aquesta nova programació, a participar-hi i, sobretot, a fer dels centres cívics espais de tothom.

Gràcies per contribuir, amb la vostra participació, a fer de Figueres una ciutat més activa, participativa, oberta i cohesionada.

Jordi Masquef, Alcalde de Figueres
Martina Prat, Regidora del Servei d'Acció Cívica

INFORMACIÓ MATRÍCULES

Dates clau

21 setembre ·
Matrícula activitats generals

23 setembre ·
Matrícula activitats +60 anys

10-11 desembre ·
Renovacions continuïtat

8-10 gener ·
Pagament renovacions

13 gener ·
Noves matrícules, places vacants
i activitats juliol

1-10 març ·
Matrícula reduïda

ACTIVITATS DE L'1 D'OCTUBRE AL 18 DE DESEMBRE

Matrícules (excepte +60 anys)

21 de setembre (fins a exhaurir places)

- **En línia:** a partir de les 9.00 h.
- **Presencial:** a cada centre cívic de 9.00-13.00 h i 16.00-19.00 h.

Matrícules +60 anys

23 de setembre (fins a exhaurir places)

- **En línia:** a partir de les 9.00 h.
- **Presencial:** a cada centre cívic de 9.00-13.00 h i 16.00-19.00 h.

RENOVACIÓ ACTIVITATS DE CONTINUITAT

Renovacions

10 i 11 de desembre

- Presencial, per correu electrònic o per telèfon al centre cívic corresponent.
- Horari: 9.00-13.00 h i 16.00-19.00 h.

Sense pagament en el moment de la renovació.

Pagament renovacions

- **En línia:** Del 8 al 10 de gener a partir de les 9.00 h.
- **Presencial:** a cada centre cívic el 8 de gener, 9.00-13.00 h i 16.00-19.00 h.

ACTIVITATS DEL 18 DE GENER AL 30 DE JULIOL

Noves matrícules, places vacants i activitats juliol

13 de gener (fins a exhaurir places)

- **En línia:** a partir de les 9.00 h.
- **Presencial:** a cada centre cívic el 13 i 14 de gener, 9.00-13.00 h i 16.00-19.00 h.

Matrícula reduïda (40% de descompte a les activitats de continuació amb places disponibles)

1 març (fins a exhaurir places)

- **En línia:** a partir de les 9.00 h.
- **Presencial:** a cada centre cívic de l'1 al 10 de març, 9.00-13.00 h i 16.00-19.00.

MATRÍCULA EN LÍNIA EN 4 PASSOS!

1. ACCEDEIX

www.figueres.cat/matriculacions

2. REGISTRA'T O IDENTIFICA'T

- Primera vegada: registra't.
- Si ja has fet activitats als Centres Cívics municipals: identifica't (ja estàs registrat).

Contrasenya inicial: DNI sense espais i amb la lletra en majúscula.

Data de naixement: DD/MM/AAAA.

3. TRIA L'ACTIVATAT:

Clica Cercar i consulta la informació amb la lupa.

4. FINALITZA LA MATRÍCULA I PAGA

- Pagament en línia amb targeta.
- O imprimeix el justificant i paga al caixer de CaixaBank.

Desa el comprovant de pagament.

INFORMACIÓ D'INTERÈS

■ **Matrícula directa**

No hi ha prematrícula ni sorteig. Les places s'assignen per ordre de matrícula fins a exhaurir-les. Les matrícules són personals i intransferibles a altres persones.

■ **Ajuda per fer la matrícula**

Pots adreçar-te als Centres Cívics, on t'ajudarem a formalitzar-la.

■ **Activitats infantils**

El tutor ha d'estar registrat i afegir el menor a «Afegir representat». Després podrà seleccionar l'activitat i matricular al menor.

■ **Edats**

Activitats adreçades a majors de 18 anys. Les persones de 16 i 17 anys poden participar en les activitats marcades amb * amb autorització familiar.

■ **Pagament i canvis**

El pagament s'ha de fer dins les 48 hores laborables següents. Els canvis d'activitat poden comportar diferències de quota a càrrec de l'alumne.

■ **Pagament fraccionat**

Les places de continuïtat es podran renovar al desembre. El pagament es farà al gener de 2027. De manera presencial, es podrà sol·licitar el fraccionament de la quota.

- **Primer:** 40% de la quota, el 8 de gener de 2027.
- **Segon:** 60% restant, de l'1 al 10 de març de 2027.

■ **Descomptes**

Es podrà sol·licitar el 50 % de descompte, per persones en situació d'atur, cal contactar amb el centre cívic corresponent.

■ **Altres**

- Els Centres Cívics Municipals poden anul·lar activitats per manca d'inscripcions i retornar la matrícula en aquest cas. No es retornarà la matrícula en altres supòsits.
- Les llistes d'espera només són vàlides per a la programació vigent.
- Cada alumne ha de portar el seu material.
- Les activitats marcades amb una (C), són activitats de continuïtat

■ **Calendari**

- **Dies no lectius:** Del 21 de desembre al 15 de gener i del 22 al 29 de març
- **Festius de Figueres:** 3 de maig - 29 de juny



BALL, DANSA I GIMNÀSTICA

*activitats majors de 16 anys
(C) activitats de continuïtat

PILATES I HIPOPRESSIUS* (C)

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dilluns, de 15.30 a 16.30 h
- Del 5 d'octubre al 14 de desembre i del 18 de gener al 21 de juny
- Preu trimestre:** 44 € (Preu semestre: 88 € a pagar a partir de 2027)
- Material:** roba i calçat esportiu, màrfega tipus ioga, pesos petits, gomes elàstiques tipus Thera band d'intensitat baixa/moderada, tovallola i aigua

BALLS EN LÍNIA (C)

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- Dilluns, de 17.00 a 18.00 h
- Del 5 d'octubre al 14 de desembre i del 18 de gener al 21 de juny
- El dia 7 de desembre no és lectiu
- Preu trimestre:** 40 € (Preu semestre: 88 € a pagar a partir de 2027)
- Material:** roba còmoda i aigua

ATMANDANCE ®: DANSA, ASANES I MEDITACIÓ* (C)

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dilluns, de 18.10 a 19.40 h
- Del 5 d'octubre al 14 de desembre i del 18 de gener al 21 de juny
- Preu trimestre:** 55 € (Preu semestre: 132 € a pagar a partir de 2027)
- Material:** aigua, roba còmoda, mitjons antilliscants, manta petita, màrfega tipus ioga i coixí

BALLS LLATINS SENSE PARELLA (C)

📍 ESPAI CÍVIC TEATRE BON PASTOR

- Dilluns, de 19.45 a 20.45 h
 - Del 5 d'octubre al 14 de desembre i del 18 de gener al 14 de juny
 - Preu trimestre:** 22 € (Preu semestre: 42 € a pagar a partir de 2027)
 - Material:** roba i calçat aptes per ballar, tovallola petita i aigua
- 

TXI-KUNG* (C)

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dilluns, de 20.00 a 21.15 h
 - Del 5 d'octubre al 14 de desembre i del 18 de gener al 21 de juny
- Preu trimestre:** 55 € (Preu semestre: 110 € a pagar a partir de 2027)
Material: roba i calçat esportiu, màrfega tipus ioga, tovallola i aigua

PILATES (C)

📍 ESPAI CÍVIC TEATRE BON PASTOR

- Dimarts, de 9.30 a 10.30 h
 - Del 6 d'octubre al 15 de desembre i del 19 de gener al 15 de juny
- Preu trimestre:** 22 € (Preu semestre: 46 € a pagar a partir de 2027)
Material: roba còmoda, mitjons antilliscants, màrfega tipus ioga, tovallola i aigua

ESTIRAMENTS I TONIFICACIÓ (C)

📍 ESPAI CÍVIC TEATRE BON PASTOR

- Dimarts, de 10.45 a 11.45 h
 - Del 6 d'octubre al 15 de desembre i del 19 de gener al 15 de juny
- Preu trimestre:** 22 € (Preu semestre: 46 € a pagar a partir de 2027)
Material: roba còmoda, mitjons antilliscants, màrfega tipus ioga, tovallola i aigua

TERÀPIA DEL RIURE: COMPARTIR RIALLES

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- Dimarts, de 16.00 a 17.15 h
 - Del 6 d'octubre al 15 de desembre
- Preu:** 55 €
Material: roba còmoda

ENFORTIMENT SÒL PÈLVIC

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- Dimarts, de 16.15 a 17.15 h
 - Del 16 de febrer al 27 d'abril
- Preu:** 44 €
Material: roba còmoda i màrfega

BALLA I GAUDEIX!* (C)

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dimarts, de 19.00 a 20.00 h
 - Del 6 d'octubre al 15 de desembre i del 19 de gener al 22 de juny
- Preu trimestre:** 44 € (Preu semestre: 96 € a pagar a partir de 2027)
Material: roba i calçat esportiu, tovallola i aigua

SEVILLANES, RUMBA I FLAMENC* (C)

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dimarts, de 20.15 a 21.15 h
 - Del 6 d'octubre al 15 de desembre i del 19 de gener al 22 de juny
- Preu trimestre:** 44 € (Preu semestre: 96 € a pagar a partir de 2027)
Material: roba i calçat apte per ballar, tovallola i aigua

ZUMBA* (C)

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- Dimarts, de 20.15 a 21.15 h
 - Del 6 d'octubre al 15 de desembre i del 19 de gener al 22 de juny
- Preu trimestre:** 44 € (Preu semestre: 96 € a pagar a partir de 2027)
Material: aigua, roba i calçat esportiu

ENTRENAMENT FUNCIONAL* (C)

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dimecres, de 17.00 a 18.00 h
 - Del 7 d'octubre al 16 de desembre i del 20 de gener al 16 de juny
- Preu trimestre:** 49 € (Preu semestre: 92 € a pagar a partir de 2027)
Material: roba i calçat esportiu, gomes elàstiques tipus Thera Band, pesos petits, màrrega tipus ioga, tovallola i aigua

COUNTRY* (C)

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- Dimecres, de 20.15 a 21.15 h
 - Del 7 d'octubre al 16 de desembre i del 20 de gener al 16 de juny
- Preu trimestre:** 49 € (Preu semestre: 92 € a pagar a partir de 2027)
Material: roba còmoda i aigua

ZUMBAFIT* (C)

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dimecres, de 20.15 a 21.15 h
 - Del 7 d'octubre al 16 de desembre i del 20 de gener al 16 de juny
- Preu trimestre:** 49 € (Preu semestre: 92 € a pagar a partir de 2027)
Material: roba i calçat apte per ballar, tovallola petita i aigua

G.A.C.+ ESQUENA (GLUTIS, ABDOMINALS I CAMES)* (C)

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dijous, de 15.30 a 16.30 h
 - De l'1 d'octubre al 17 de desembre i del 21 de gener al 17 de juny
- Preu trimestre:** 53 € (Preu semestre: 92 € a pagar a partir de 2027)
Material: roba i calçat esportiu, gomes elàstiques tipus Thera Band, pesos petits, màrrega tipus ioga, tovallola i aigua

TÈCNiques DE RELAXACIÓ I RESPIRACIÓ

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- Dijous, de 16.30 a 17.30 h
 - De l'11 de febrer al 22 d'abril
- Preu:** 44 €
Material: roba còmoda, màrrega, manta i coixí (opcional)

MEDITACIÓ I RESPIRACIÓ (C)

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- Dijous, de 17.40 a 18.40 h
 - Del 29 d'octubre al 10 de desembre i del 28 de gener al 13 de maig
- Preu trimestre:** 38,50 € (Preu semestre: 66 € a pagar a partir de 2027)
Material: roba còmoda, màrrega, manta i coixí per asseure's

INICIACIÓ ALS RITMES VINTAGE: JAZZ, SWING I CHARLESTON* (C)

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dimecres, de 20.15 a 21.15 h
 - De l'1 d'octubre al 17 de desembre i del 21 de gener al 17 de juny
- Preu trimestre:** 53 € (Preu semestre: 92 € a pagar a partir de 2027)
Material: roba i calçat apte per ballar, tovallola i aigua

PILATES: CUIDA'T L'ESQUENA (C)

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- Divendres, de 9.20 a 10.20 h
 - Del 2 d'octubre a l'11 de desembre i del 22 de gener al 18 de juny
- Preu trimestre:** 49 € (Preu semestre: 92 € a pagar a partir de 2027)
Material: roba còmoda, màrrega i mitjons antilliscants

TONIFICACIÓ I DEFENSA PERSONAL* (C)

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Divendres, de 18.45 a 19.45 h
- Del 9 d'octubre a l'11 de desembre i del 22 de gener a l'11 de juny
- Preu trimestre:** 44 € (Preu semestre: 88 € a pagar a partir de 2027)
- Material:** roba i calçat esportiu, màrrega tipus ioga, tovallola i aigua

HATHA IOGA* (C)

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- **GRUP MATÍ:** Dilluns, de 9.30 a 10.45 h
- **GRUP VESPRE:** Dilluns, de 20.15 a 21.30 h
- Del 5 d'octubre al 14 de desembre i del 18 de gener al 21 de juny
- El dia 7 de desembre no és lectiu
- Preu trimestre:** 49 € (Preu semestre: 110 € a pagar a partir de 2027)
- **GRUP TARDA:** Dimarts, de 17.30 a 18.45 h
- Del 6 d'octubre al 15 de desembre i del 19 de gener al 22 de juny
- Preu trimestre:** 55 € (Preu semestre: 121 € a pagar a partir de 2027)

Material: roba còmoda, màrrega, manta, bloc de ioga, cinturó de ioga i coixí (opcional)

ENTRENAMENT FUNCIONAL (C)

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- **GRUP 1:** Dilluns, de 19.00 a 20.00 h
- Del 5 d'octubre al 14 de desembre i del 18 de gener al 21 de juny
- El dia 7 de desembre no és lectiu
- Preu trimestre:** 40 € (Preu semestre: 88 € a pagar a partir de 2027)
- **GRUP 2:** Dimecres, de 19.00 a 20.00h
- Del 7 d'octubre al 16 de desembre i del 20 de gener al 16 de juny
- Preu trimestre:** 49 € (Preu semestre: 92 € a pagar a partir de 2027)

Material: roba i calçat esportiu, màrrega, banda elàstica i aigua

GIMNÀSTICA SUAU AMB CADIRA (C)

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- **GRUP MATÍ:** Dilluns, d'11.00 a 12.00 h
- Del 5 d'octubre al 14 de desembre i del 18 de gener al 21 de juny
- El dia 7 de desembre no és lectiu
- Preu trimestre:** 40 € (Preu semestre: 88 € a pagar a partir de 2027)

- **GRUP TARDA:** Dimecres, de 17.40 a 18.40 h
- Del 7 d'octubre al 16 de desembre i del 20 de gener al 16 de juny
- Preu trimestre:** 49 € (Preu semestre: 92 € a pagar a partir de 2027)

Material: roba còmoda

FITPILATES* (C)

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- **GRUP MATÍ:** Dilluns, de 9.30 a 10.30 h
- Del 5 d'octubre al 14 de desembre i del 18 de gener al 21 de juny
- Preu trimestre:** 44 € (Preu semestre: 88 € a pagar a partir de 2027)
- **GRUP MIGDIA:** Dimecres, de 15.30 a 16.30 h
- Del 7 d'octubre al 16 de desembre i del 20 de gener al 16 de juny
- Preu trimestre:** 49 € (Preu semestre: 92 € a pagar a partir de 2027)

- **GRUP TARDA:** Dijous, de 19.00 a 20.00 h
- De l'1 d'octubre al 17 de desembre i del 21 de gener al 17 de juny
- Preu trimestre:** 53 € (Preu semestre: 92 € a pagar a partir de 2027)

Material: roba còmoda, mitjons antilliscants, màrrega tipus ioga, pesos petits, gomes elàstiques tipus Thera band d'intensitat baixa/moderada i aigua

PILATES * (C)

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- **GRUP 1:** Dimarts, de 19.00 a 20.00 h
- Del 6 d'octubre al 15 de desembre i del 19 de gener al 22 de juny
- Preu trimestre:** 44 € (Preu semestre: 96 € a pagar a partir de 2027)

- **GRUP 2:** Dijous, de 19.00 a 20.00 h

- **GRUP 3:** Dijous, de 20.15 a 21.15 h
- De l'1 d'octubre al 10 de desembre i del 21 de gener al 17 de juny
- Preu trimestre:** 49 € (Preu semestre: 92 € a pagar a partir de 2027)

Material: roba còmoda, màrfega i mitjons antilliscants

HATHA IOGA* (C)

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

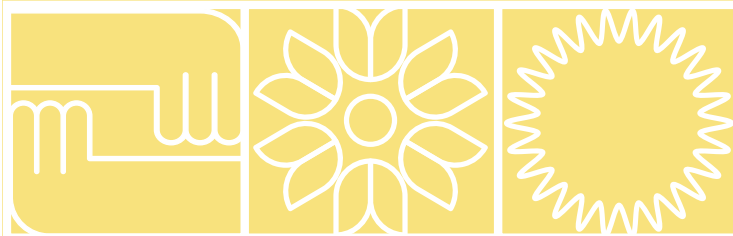
- **GRUP MATÍ:** Divendres, de 9.30 a 10.45 h
- Del 2 d'octubre al 18 de desembre i del 22 de gener al 18 de juny
- Preu trimestre:** 66 € (Preu semestre: 115 € a pagar a partir de 2027)

- **GRUP TARDA:** Dimecres, de 18.45 a 20.00 h
- Del 7 d'octubre al 16 de desembre i del 20 de gener al 16 de juny
- Preu trimestre:** 60 € (Preu semestre: 115 € a pagar a partir de 2027)

Material: roba còmoda, mitjons antilliscants, manta petita, màrfega tipus ioga i coixí o bloc

ARTS PLÀSTIQUES

*activitats majors de 16 anys
(C) activitats de continuïtat



TALLER DE CERÀMICA (C)

📍 AULA-TALLER CAPUTXINS

· **GRUP 1:** Dimecres, de 19.00 a 21.00 h
· Del 7 d'octubre al 16 de desembre i del 20 de gener al 16 de juny
Preu trimestre: 96 € (Preu semestre: 180 € a pagar a partir de 2027)

· **GRUP 2:** Divendres, de 19.00 a 21.00 h
· Del 2 d'octubre al 18 de desembre i del 22 de gener al 18 de juny
Preu trimestre: 105 € (Preu semestre: 180 € a pagar a partir de 2027)

Material: a càrrec dels participants segons el projecte a fer i la tècnica

TALLER DE PINTURA* (C)

📍 AULA-TALLER CAPUTXINS

· Dijous, de 18.30 a 20.30 h
· De l'1 d'octubre al 17 de desembre i del 21 de gener al 17 de juny
Preu trimestre: 105 € (Preu semestre: 180 € a pagar a partir de 2027)

Material: a càrrec dels participants segons el projecte a fer i la tècnica

ESPAI DE DIBUIX I PINTURA* (C)

📍 CENTRE CÍVIC, CREU DE LA MÀ

· Divendres, d'11.00 a 13.00 h
· Del 2 d'octubre al 18 de desembre i del 22 de gener al 18 de juny
Preu trimestre: 105 € (Preu semestre: 180 € a pagar a partir de 2027)

Material: bloc de dibuix A3 o A4 (paper de 200-350 g), llapis HB, 2B i 4B, goma i maquineta, aquarel·les, oli o pintures acríliques, pinzells (rodó i pla, per cada tècnica) número 4, 8, 12, recipient per a l'aigua, drap o paper absorbent i una paleta per barrejar colors

CREA LA TEVA LLIBRETA DE PELL*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

· Dimarts, de 17.30 a 20.30 h
· 9, 16 i 23 de febrer

Preu: 40 €

Material: a càrrec dels participants

INICIACIÓ ALS VITRALLS: CREA EL TEU VITRALL AMB TÈCNICA TIFFANY*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

· Dimarts, de 17.30 a 20.30 h
· 2, 9, 16 i 30 de març

Preu: 53 €

Material: a càrrec dels participants

FENG SHUI PER A LA LLAR: RENOVA L'ENERGIA DE CASA TEVA AQUESTA PRIMAVERA*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

· Dimarts, de 19.00 a 20.30 h
· Del 6 d'abril a l'11 de maig

Preu: 40 €

Material: a càrrec dels participants

INICIACIÓ A LA JOIERIA AMB RESINA UV*

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

· Dimarts, de 19.00 a 21.00 h
· 4 de maig

Preu: 12 €

Material: 8 € (pagament el primer dia al professorat)

JOIERIA CREATIVA*

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- Dimarts, de 19.00 a 21.00 h
- 11 i 18 de maig

Preu: 24 €**Material:** 15 € (pagament el primer dia al professorat)**INICIACIÓ AL METAL CLAY: JOIES AMB EMPREMES DE LA NATURA***

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- Dimarts, de 19.00 a 21.00 h
- 25 de maig

Preu: 12 €**Material:** 10 € (pagament el primer dia al professorat)**ANELLS MINIS COMBINABLES: INICIACIÓ A LA SOLDADURA EN JOIERIA***

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- Dimarts, de 19.00 a 21.00 h
- 1 i 8 de juny

Preu: 24 €**Material:** 20 € (pagament el primer dia al professorat)

IDIOMES

*activitats majors de 16 anys
(C) activitats de continuïtat

ANGLÈS INICIAL* (C)

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- Dilluns, de 19.00 a 20.15 h
 - Del 5 d'octubre al 14 de desembre i del 18 de gener al 21 de juny
- El dia 7 de desembre no és lectiu
Preu trimestre: 49 € (Preu semestre: 110 € a pagar a partir de 2027)
Material: llibreta i bolígraf

ANGLÈS INICIAL PER A VIATGERS* (C)

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dilluns, de 19.45 a 21.00 h
 - Del 5 d'octubre al 14 de desembre i del 18 de gener al 31 de maig
- Preu trimestre:** 55 € (Preu semestre: 93€ a pagar a partir de 2027)
Material: llibre de text, llibreta i estoig amb estris bàsics

TASTET D'ITALIÀ* (C)

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- Dimarts, de 19.00 a 20.15 h
 - Del 6 d'octubre al 15 de desembre i del 19 de gener al 8 de juny
- Preu trimestre:** 55 € (Preu semestre: 110 € a pagar a partir de 2027)
Material: llibreta, bolígraf i manual (se'n facilitarà la referència el primer dia de classe)

TALLER D'ESCRITURA (C)

📍 ESPAI CÍVIC TEATRE BON PASTOR

- Dimarts, de 19.00 a 20.45 h
 - Del 6 d'octubre al 15 de desembre i del 19 de gener al 15 de juny
- Preu trimestre:** 38,50 € (Preu semestre: 77 € a pagar a partir de 2027)
Material: llibreta i bolígraf

ANGLÈS PER A VIATGERS (CONTINUACIÓ)* (C)

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dijous, de 19.15 a 20.30 h
 - De l'1 d'octubre al 17 de desembre i del 21 de gener al 27 de maig
- Preu trimestre:** 66 € (Preu semestre: 96 € a pagar a partir de 2027)
Material: llibre de text, llibreta i estoig amb estris bàsics

CLUB DE LECTURA DE NARRATIVA PER A ADULTS

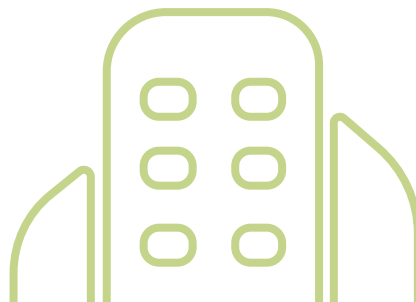
Mimi Horno, el Guixarot

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

El club de lectura és una activitat de tertúlia i debat al voltant d'un llibre. El club neix amb l'objectiu de fomentar l'hàbit de la lectura i el gust per la conversa.

Us oferim 8 tertúlies al voltant de 8 llibres diferents que donaran peu a la reflexió conjunta i a l'enriquiment mutu. Us hi esperem!

- Divendres, de 18.00 a 19.00 h
 - Dies: 30 d'octubre, 27 de novembre, 18 de desembre, 29 de gener, 26 de febrer, 19 de març, 30 d'abril, 28 de maig
- Activitat gratuïta adreçada a adults**
Organitzen: Biblioteca Fages de Climent dins del "Pla de Lectura Municipal de Figueres 2025-2028" i Servei d'Acció Cívica de l'Ajuntament de Figueres



ALFABETITZACIÓ EN CATALÀ*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- **GRUP 1:** Dilluns i dimarts, d'11.00 a 12.30 h
- **GRUP 2:** Dilluns i dimarts, de 18.00 a 19.30 h
- **GRUP 3:** Dilluns i dimarts, de 19.30 a 21.00 h
- **Del 5 d'octubre al 31 de maig**

Preu: 10 € a pagar directament a l'entitat

Matrícules: dijous 24 de setembre de 16.00 a 19.00 h al Centre Cívic Joaquim Xirau

Organitzen: Òmnium Cultural i

Sevei d'Acció Cívica de l'Ajuntament de Figueres

Per a més informació: C/ Santa Margarida, 9 de Figueres - 972 50 07 45 - altemporda@omnium.cat - omnium.cat



TALLER D'ESCRITURA AMB M.MERCÈ CUARTIELLA

📍 AAVV ENRIC MORERA

TALLER DE TARDOR: Dilluns, de 19.00 a 21.00 h

19 octubre, 16 novembre i 14 desembre

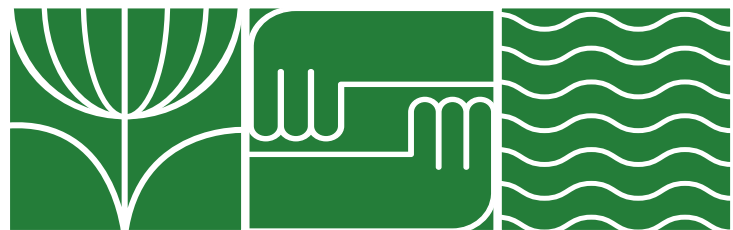
Preu: 40 €

TALLER DE PRIMAVERA: Dilluns, de 19.00 a 21.00 h

22 febrer, 15 març, 19 abril, 17 maig i 14 juny

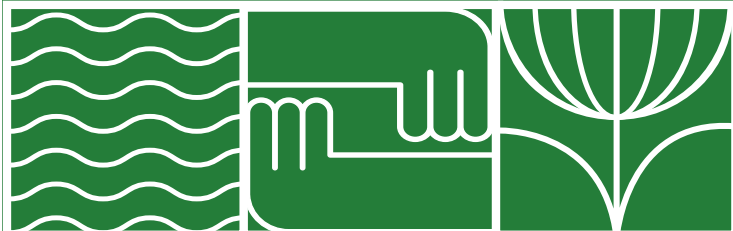
Preu: 66 €

Material: llibreta i bolígraf



HABILITATS I RECURSOS

*activitats majors de 16 anys
(C) activitats de continuïtat



EDUCACIÓ CANINA EN GRUP

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Adreçada a majors de 18 anys interessats a educar millor el seu gos/sa. La plaça de l'activitat es limitarà a un gos/sa i dues persones per matrícula, com a màxim. Per a poder participar en el curs, els gossos han d'estar: censats, microxipats, desparasitats, vacunats i ben socialitzats perquè que no suposin cap risc pels altres alumnes, gossos o vianants. Els gossos considerats potencialment perillosos hauran de seguir l'ordenança municipal específica.

- **GRUP 1:** Dijous, de 17.30 a 19.30 h
- De l'1 al 29 d'octubre

- **GRUP 2:** Dijous, de 17.30 a 19.30 h
- De l'1 al 29 d'abril

Preu: 33 €

Material: llibreta i bolígraf per a la 1a sessió teòrica i sense gos/sa

CREA AMB MITJA I GANXET

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- Dimecres, de 19.15 a 20.45 h
- Del 14 d'octubre al 16 de desembre

Preu: 66 €

Material: a càrrec dels participants

AROMATERÀPIA I BENESTAR

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- Dijous, de 19.00 a 20.30 h
- 22, 29 d'octubre, 5 i 12 de novembre

Preu: 33 €

Material: llibreta i bolígraf

MÉS QUE COSTURA! *

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- Dijous, de 19.30 a 21.00 h
- Del 8 d'octubre al 10 de desembre

Preu: 66 €

Material: màquina de cosir, tisores de roba, talla fils, cinta mètrica, agulles de cap, agulles, descosidor, fils de cosir, marcador de roba, didal (opcional), accessoris per decorar (botons, cintes, abaloris...), 1 full de paper craft o per a patró. El primer dia portar una samarreta i/o camisa

Requisit: tenir coneixements bàsics de costura i de màquina de cosir

PENTINATS I MAQUILLATGE DE FESTA*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dimarts, de 19.00 a 21.00 h
- 10, 17 i 24 de novembre i 1 de desembre

Preu: 35 €

Material: a càrrec dels participants



LA TEVA FARMACIOLA D'OLIS ESSENCIALS

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- Dijous, de 19.00 a 20.30 h
- 26 de novembre, 3, 10 i 17 de desembre

Preu: 33 €

Material: llibeta, bolígraf i necesser

GESTIÓ DE L'ESTRÈS: EINES PER AL DIA A DIA

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- Dimecres, de 19.15 a 20.45 h
- 24 de febrer, 3, 10, 17 i 31 de març

Preu: 41 €

Material: llibreta i bolígraf

INICIACIÓ A LA MANICURA TRADICIONAL I SEMIPERMANENT*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dimecres, de 19.00 a 21.00 h
- 3, 10, 17 i 31 de març

Preu: 35 €

Material: a càrrec dels participants uns 25 € aprox. a pagar directament al professorat el primer dia de classe

AROMATERÀPIA I DONA

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- Dijous, de 19.00 a 20.30 h
- 4, 11 i 18 de març

Preu: 25 €

Material: llibreta i bolígraf

INICIACIÓ A LA MÀQUINA DE COSIR

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- Dijous, de 19.30 a 21.00 h
- Del 4 de març al 27 de maig

Preu: 79 €

Material: màquina de cosir, tisores de roba, talla fils, cinta mètrica, agulles de cap, agulles, descosidor, fils de cosir, marcador de roba, didal (opcional), robes, 1 full de paper craft o per a patró

CREA LES TEVES PRÒPIES CREMES: PROTECTORES SOLARS, CALMANTS I POST-SOLAR I EXFOLIANTS*

📍 CENTRE CÍVIC CREU JOAQUIM XIRAU

- Dimecres, de 19.00 a 20.45 h
- 7 i 14 d'abril

Preu: 21 €

Material: a càrrec dels participants uns 20 € aprox. a pagar directament al professorat el primer dia de classe

TALLER DE PERFUMS ARTESANALS: LÍQUIDS I SÒLIDS*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dimecres, de 19.00 a 20.45 h
- 21 i 28 d'abril

Preu: 21 €

Material: a càrrec dels participants uns 20 € aprox. a pagar directament al professorat el primer dia de classe

TALLER D'AUTOMANICURA

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

• Dijous de 19.00 a 20.30 h

• 8, 15 i 22 d'abril

Preu: 25 €

Material: esmalts tradicionals, llimes i/o polidors, empenyedors i/o talla cutícules, oli de cutícules, llevaes malt, cotonets, bastonets de cotó, tovallolletes, crema de mans, escuradents, pinzells fins. Decoracions per a ungles, esmalts semipermanents, làmpara LED/UV, bases, tops i altres productes de preparació (si s'en disposa)

GESTIÓ DE LES EMOCIONS: ENTENDRE-LES I REGULAR-LES

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

• Dimecres, de 19.15 a 20.45 h

• 14, 21, 28 d'abril i 5, 12 de maig

Preu: 41 €

Material: llibreta i bolígraf

TALLER D'AUTOMAQUILLATGE

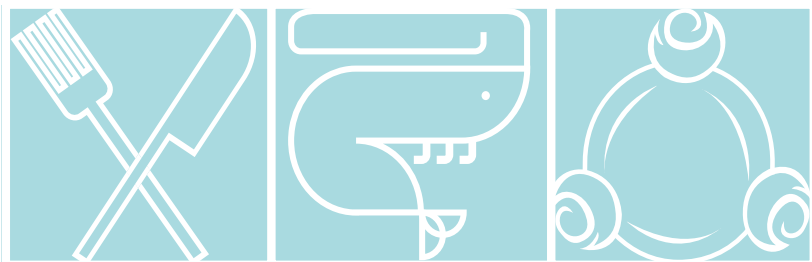
📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

• Dijous, de 19.00 a 20.30 h

• Del 6 de maig al 3 de juny

Preu: 41 €

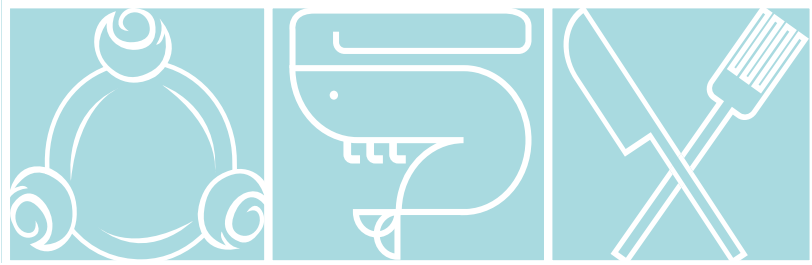
Material: productes de maquillatge que s'utilitzin habitualment (base, corrector, pòlvores, bronzeador, coloret, il·luminador, ombres, delineadors, màscara de pestanyes, productes de celles, perfilador, barra de llavis, gloss...), esponges, pinzells, brotxes, crema hidratant facial, cotonets desmaquillants, bastonets de cotó, desmaquillant o tovallolletes netejadores, tovallola petita, mirall de sobretaula (si se'n disposa) i allò que s'utilitzi habitualment



AULA GASTRONÒMICA

*activitats majors de 16 anys

(C) activitats de continuïtat



CUINA JAPONESA BÀSICA*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dimarts, de 18.00 a 20.30 h
- Del 6 d'octubre al 24 de novembre

Activitat gratuïta: 100% subvencionada pel Consorci per a la Formació contínua de la Generalitat de Catalunya i adreçada exclusivament per a treballadors/es en actiu o aturat/da inscrit/a a l'oficina d'ocupació.

Matrícules ja obertes: idfo.com/curso/cuina-japonesa-basica/8999

Organitzen: IDFO (Institut per al Desenvolupament de la Formació i l'Ocupació) i Servei d'Acció Cívica de l'Ajuntament de Figueres

Per a més informació: al mateix Centre Cívic Joaquim Xirau o IDFO c/ Sant Agustí, 32, baixos 17003 Girona - Tel. 972 48 56 37

SUMILLERIA I MARIDATGE*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dijous, de 17.30 a 20.30 h
- Del 15 d'octubre al 26 de novembre

Activitat gratuïta: 100% subvencionada pel Consorci per a la Formació contínua de la Generalitat de Catalunya i adreçada exclusivament per a treballadors/es en actiu o aturat/da inscrit/a a l'oficina d'ocupació.

Matrícules obertes des de juliol a: idfo.com/curso/sumilleria-i-maridatge/9000

Organitzen: IDFO (Institut per al Desenvolupament de la Formació i l'Ocupació) i Servei d'Acció Cívica de l'Ajuntament de Figueres
Per a més informació: al mateix Centre Cívic Joaquim Xirau o IDFO c/ Sant Agustí, 32, baixos 17003 Girona - Tel. 972 48 56 37

ESMORZARS DE DIUMENGE*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dilluns, de 18.30 a 21.00 h
- 19 d'octubre

Preu: 24 € (material inclòs)

Grup reduït

Material: carmanyola gran, davantal, drap, llibreta i bolígraf

CUINA D'APROFITAMENT*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dimecres, de 10.00 a 12.00 h
- 21 d'octubre

Activitat gratuïta

Material: llibreta i bolígraf

Organitzen: Centre de Distribució d'Aliments, Càritas Alt Empordà i Servei d'Acció Cívica de l'Ajuntament de Figueres

SOPAR DEL XEF: PROPOSTES PER IMPRESSIONAR ELS TEUS CONVIDATS*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- **SESSIÓ 1:** Dilluns 26 d'octubre, de 18.00 a 21.00 h

Preu: 24 € (material inclòs)

Grup reduït

- **SESSIÓ 2:** Dilluns 8 de març, de 18.00 a 21.00 h

Preu: 24 € (material inclòs)

Grup reduït

Material: davantal, drap, llibreta i bolígraf

PIZZES PECADORES*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

· Dimecres, de 18.00 a 21.00 h

· 28 d'octubre

Preu: 24 € (material inclòs)

Material: davantal, llibreta i bolígraf

SOPES, CREMES I CULLERA: RECEPTES RECONFORTANTS PER A LA TARDOR I L'HIVERN*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

· Dimecres, de 18.30 a 20.30 h

· 4 i 11 de novembre

Preu: 32 € (material inclòs)

Material: llibreta i bolígraf

ELS SECRETS DELS MILLORS CANELONS*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

· Dilluns, de 18.00 a 21.00 h

· 9 de novembre

Preu: 24 € (material inclòs)

Material: llibreta i bolígraf

TALLER PRÀCTIC EN HIGIENE DELS ALIMENTS I PANS DEL MÓN*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

· **GRUP 1:** Dilluns, de 17.00 a 19.00 h

· 16, 23 i 30 de novembre

· **GRUP 2:** Dilluns, de 17.00 a 19.00 h

· 8, 15 i 22 de febrer

Activitat gratuïta

Material: llibreta i bolígraf

Organitzen: Centre de Distribució d'Aliments, Càritas Alt Empordà i Servei d'Acció Cívica de l'Ajuntament de Figueres

SEGONS PLATS DE NADAL: CUINA PER CELEBRAR*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

· Dimecres, de 18.00 a 20.30 h

· 18 i 25 de novembre

Preu: 40 € (material inclòs)

Material: davantal, llibreta i bolígraf

CUINA VIVA I CREATIVA: SABORS DE PROXIMITAT*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

· Dijous, de 18.30 a 20.30 h

· 26 de novembre i 3 de desembre

Preu: 32 € (material inclòs)

Material: davantal, llibreta i bolígraf

APERITIUS I TAPES DE NADAL*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

· Dimecres, de 18.30 a 20.30 h

· 2 i 9 de desembre

Preu: 32 € (material inclòs)

Material: llibreta i bolígraf

FERMENTACIÓ CASOLANA*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

· Dijous, de 18.30 a 20.30 h

· 4 i 11 de febrer

Preu: 32 € (material inclòs)

Material: Un pot de vidre reutilitzat, ben net, amb tapa de rosca o de tancament hermètic (250-370 ml), una ampolla de vidre reutilitzable amb tancament mecànic (tipus swing-top) o de tancament hermètic (500 ml-1 l), davantal, llibreta i bolígraf

FLECA NATURAL: MÉS ENLLÀ DEL GLUTEN*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Míriam Fleita (@cocina_creaviva)

· Dilluns, de 18.30 a 20.30 h

· 25 de febrer i 4 de març

Preu: 32 € (material inclòs)

Material: davantal, llibreta i bolígraf

TALLER PRÀCTIC D'INICIACIÓ: LA XOCOLATA A CASA*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Bimba's Cakes

· Dilluns, de 18.30 a 21 h

· 15 de març

Preu: 24 € (material inclòs)

Grup reduït

Material: carmanyola, davantal, drap, llibreta i bolígraf

CUINA RÀPIDA, PERÒ SALUDABLE!*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

· Dimecres, de 18.30 a 20.30 h

· 3 i 10 de març

Preu: 32 € (material inclòs)

Material: llibreta i bolígraf

POSTRES EN GOT: PETITS PLAERS GOURMET*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

· Dilluns, de 18.30 a 21.00 h

· 12 d'abril

Preu: 24 € (material inclòs)

Grup reduït

Material: carmanyola, davantal, drap, llibreta i bolígraf

L'ART DE L'ARRÒS A LA LLAUNA*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

· Dilluns, de 18.00 a 21.00 h

· 26 d'abril

Preu: 24 € (material inclòs)

Material: llibreta i bolígraf

ESSÈNCIA MARINERA: FIDEUADA I SUQUET DE PEIX*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

· Dimecres, de 18.30 a 20.30 h

· 5 i 12 de maig

Preu: 32 € (material inclòs)

Material: llibreta i bolígraf

ALTERNATIVES ALS LÀCTICS: ORXATES, CREMES I FORMATGES VEGANS*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

· Dilluns, de 18.30 a 20.30 h

· 6 i 13 de maig

Preu: 32 € (material inclòs)

Material: davantal, llibreta i bolígraf

DESCOBREIX EL SECRET DE L'ARRÒS*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

· Dilluns, de 18.00 a 21.00 h

· 17 i 24 de maig

Preu: 48 € amb material inclòs

Material: llibreta i bolígraf



INFANTIL I JUVENIL

(C) activitats de continuïtat



ESPAIS DE SUPORT EDUCATIU

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU i CREU DE LA MÀ

Espai lliure per potenciar i afavorir uns hàbits de treball i els valors necessaris per incrementar l'èxit acadèmic.

Gratuït: adreçat a alumnes de cicle mitjà i superior de Primària i a alumnes de Secundària.

- Activitat gratuïta
- Cal matrícula prèvia
- Places limitades

Organitzen: Servei d'Educació de l'Ajuntament de Figueres i Servei d'Acció Cívica de l'Ajuntament de Figueres

Més informació: figueres.cat/educacio - ensenyament@figueres.org
Tel. 972 03 23 33

CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- Dilluns i dimecres, de 16.00 a 19.00 h
 - Del 5 d'octubre al 16 de desembre i de l'11 de gener al 31 de maig
- Matriculacions presencials:** Dilluns 14 de setembre, de 17.00 a 19.00 h

CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- De dilluns a dijous de 16.00 a 19.30 h
 - Del 5 d'octubre al 17 de desembre i de l'11 de gener al 31 de maig
- Matrícules de 17.00 a 19.00 hores:**

Dimecres 23 de setembre: cursos de 3r, 4t i 5è de primària.

Dijous 24 de setembre: cursos de 6è i ESO.

Reunió amb les famílies: 1 d'octubre a les 17.30 hores.

ESPAIS FAMILIARS PER A LA PETITA INFÀNCIA

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dimarts, de 9.30 a 11.30 h
 - Del 15 de setembre de 2026 al 15 de juny de 2027
- Activitat gratuïta:** adreçada a infants d'1 a 3 anys acompanyats d'un adult
- Requisits:** els infants no poden estar escolaritzats a cap llar d'infants
- Matrícula:** al mateix Centre Cívic Joaquim Xirau el 8 de setembre de 9.30 a 11.30 h
- Organitzen:** Servei d'Educació i Servei d'Acció Cívica de l'Ajuntament de Figueres
- Per a més informació:**
- Llar d'Infants Bon Pastor: 972 50 29 57 / 678 75 00 48
 - Oficina Municipal d'Escolarització (OME): 972 51 12 96 / 654 09 39 01

ENGLISH A 1: ANGLÈS INICIAL PER PRIMÀRIA (C)

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dijous, de 17.30 a 18.30 h
 - De l'1 d'octubre al 17 de desembre i del 21 de gener al 27 de maig
- Preu trimestre:** 32 € (Preu semestre: 48 € a pagar a partir de 2027)
- Adreçada a infants d'entre 5 i 8 anys o que cursin 1r, 2n i 3r de primària
- Material:** llibre de text, llibreta i estoig amb estris bàsics

ANGLÈS PER A PRIMÀRIA (C)

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- Dilluns, de 17.30 a 18.30 h
 - Del 5 d'octubre al 14 de desembre i del 25 de gener al 31 de maig
- El dia 7 de desembre no és lectiu
- Preu trimestre:** 24 € (Preu semestre: 43 € a pagar a partir de 2027)
- Adreçada a infants de 6 a 10 anys
- Material:** llibreta i estoig amb estris bàsics

VIVIM ELS CONTES: AMBIENT LECTOR

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dimecres, de 15.30 a 16.30 h
 - Del 7 d'octubre al 16 de desembre i del 13 de gener al 28 d'abril
- Activitat gratuïta:** adreçada a infants d'1 a 3 anys, acompanyats d'un adult.
- És obligatori justificar les absències. La no justificació de tres faltes d'assistència comportarà la pèrdua de la plaça a l'activitat.
- Organitzen:** CFGS Educació Infantil de l'INS Ramon Muntaner i Servei d'Acció Cívica de l'Ajuntament de Figueres

TALLER DE DIBUIX I PINTURA (C)

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- Dijous, de 17.30 a 18.45 h
 - Del 8 d'octubre al 10 de desembre i del 4 de febrer al 27 de maig
- Preu trimestre:** 34 € (Preu semestre: 54 € a pagar a partir de 2027)
- Adreçada a infants de 6 a 10 anys
- Material:** llapis, goma, maquineta, bloc DIN A-3 paper blanc gruixut (Canson o similar), 1 cartulina gran, drap, bata, tèmperes (negre, blanc, cian, magenta i groc), 3 pinzells (prim, mitjà i gran), ceres (manley o similar), cola de barra, tisores

TALLER DE CERÀMICA DE TARDOR

📍 AULA - TALLER CAPUTXINS

- **GRUP INFANTIL** (de 8 a 12 anys): Dimecres, de 17:00 a 18:30 h
 - Del 14 d'octubre al 2 de desembre
- Preu:** 32 €
- **GRUP JOVE** (de 13 a 17 anys): Divendres, de 17:00 a 18:30 h
 - Del 16 d'octubre al 4 de desembre
- Preu:** 32 €
- Material:** a càrrec dels participants segons el projecte a fer i la tècnica

ESCRITURA CREATIVA

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Divendres, de 17.30 a 19.00 h
- 16 d'octubre, 13 de novembre i 4 de desembre

Activitat gratuïta: adreçada a infants que cursin 3r i 4t de primària

Material: estoig amb llapis de colors, cola de barra, tisores, bolígraf, llapis, goma d'esborrar i llibreta.

Organitzen: Biblioteca Fages de Climent dins del "Pla de Lectura Municipal de Figueres 2025-2028" i Servei d'Acció Cívica de l'Ajuntament de Figueres

L'ESCENARI ÉS TEU! TALLER DE TEATRE - DE 13 A 16 ANYS (C)

📍 ESPAI CÍVIC TEATRE BON PASTOR

- Dilluns, de 17:30 a 19:00 h
 - Del 19 d'octubre al 14 de desembre i del 25 de gener al 24 de maig
- Preu trimestre:** 18 € (Preu semestre: 30 € a pagar a partir de 2027)

MAQUILLATGE DE HALLOWEEN

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- Dimecres, de 17.30 a 18.45 h
- 21 i 28 d'octubre

Adreçada a infants de 6 a 10 anys. Taller familiar, acompanyat d'un adult

Preu: 14 € (material inclòs)

CLUB DE LECTURA INFANTIL

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Divendres, de 17.30 a 18.30 h
 - 23 d'octubre, 20 de novembre i 11 de desembre, 22 de gener, 26 de febrer, 19 de març, 16 d'abril i 21 de maig
- Activitat gratuïta:** adreçada a infants que cursin 5è i 6è de primària
- Material:** estoig amb estris bàsics
- Organitzen:** Biblioteca Fages de Climent dins del "Pla de Lectura Municipal de Figueres 2025-2028" i Servei d'Acció Cívica de l'Ajuntament de Figueres

MASSATGE INFANTIL: UN VINCLE D'AMOR I SALUT PER LA FAMÍLIA

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dijous, de 16.30 a 17.30 h
- **GRUP 1:** Del 5 de novembre al 3 de desembre
- **GRUP 2:** Del 18 de febrer al 18 de març

Preu: 27 €

Adreçada a famílies amb infants de 0 a 12 mesos, màxim dues persones per nadó

Material: oli natural pel massatge i tovallola o manteta per posar a terra

TALLER FAMILIAR: CUPCAKES DE NADAL

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dilluns 7 de desembre, de 17.00 a 18.30 h

Preu: 14 € (material inclòs)

Adreçada a infants a partir de 5 anys acompanyats d'un adult

Material: carmanyola, davantal, drap, llibreta i bolígraf

TALLER DE CERÀMICA D'HIVERN

📍 AULA - TALLER CAPUTXINS

- **GRUP INFANTIL** (de 8 a 12 anys): Dimecres, de 17:00 a 18:30 h
- Del 20 de gener al 10 de març

Preu: 32 €

- **GRUP JOVE** (de 13 a 17 anys): Divendres, de 17:00 a 18:30 h
- Del 22 de gener al 12 de març

Preu: 32 €

Material: a càrrec dels participants segons el projecte a fer i la tècnica

MAQUILLATGE DE CARNESTOLTES

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

· Dimecres, de 17.30 a 18.45 h

· 3 i 10 de febrer

Adreçada a infants de 6 a 10 anys. Taller familiar, acompanyat d'un adult

Preu: 14 € (material inclòs)

FES EL TEU CAPGRÒS DE CARTRÓ PEDRA!

📍 AULA - TALLER CAPUTXINS

· Dimecres i divendres, de 17:00 a 18:30h

· Del 7 al 23 d'abril

Preu: 24 €

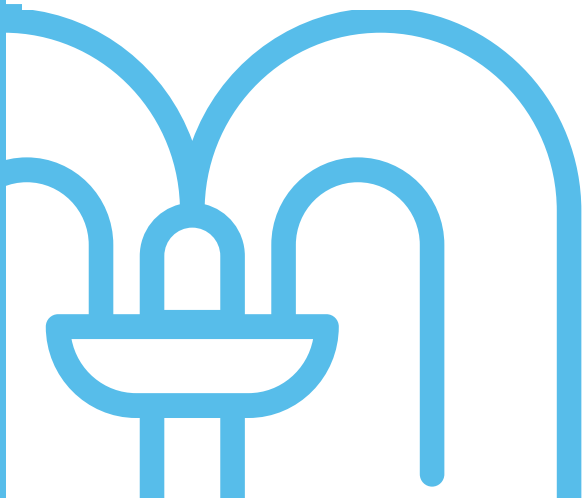
Material: a càrrec dels participants segons el projecte a fer i la tècnica

Activitat adreçada a joves de 10 a 14 anys



INFORMÀTICA I ARTS VISUALS

*activitats majors de 16 anys
(C) activitats de continuïtat



ACTIC NIVELL MITJÀ: FORMACIÓ INTENSIVA (20 HORES)*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

• **GRUP 1:** Dimarts, de 19.00 a 21.00 h
• Del 6 d'octubre al 15 de desembre

• **GRUP 2:** Dimarts, de 19.00 a 21.00 h
• Del 19 de gener al 30 de març

• **GRUP 3:** Dimarts, de 19.00 a 21.00 h
• Del 6 d'abril al 8 de juny

Preu: 88 €

Material: llibreta i bolígraf

INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL (IA)

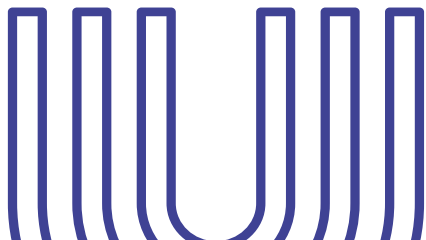
📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

• **GRUP 1:** Dimarts, de 19.00 a 20.15 h
• Del 13 d'octubre al 10 de novembre

• **GRUP 2:** Dimarts, de 19.00 a 20.15 h
• Del 16 de febrer al 16 de març

Preu: 34 €

Material: telèfon mòbil intel·ligent (sistema Android o iOS), llibreta i bolígraf



INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL PER AL DIA A DIA: APRÈN A UTILITZAR-LA DE MANERA PRÀCTICA*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

• Dimecres, de 19.00 a 20.30 h
• Del 14 d'octubre a l'11 de novembre

Preu: 41 €

Material: llibreta i bolígraf

ACTIC: PREPARA LA PROVA DE NIVELL MITJÀ (C)

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

• Dilluns, de 20.00 a 21.15 h
• Del 19 d'octubre al 30 de novembre i de l'1 de febrer al 31 de maig
Preu trimestre: 40 € (Preu semestre: 82 € a pagar a partir de 2027)

Material: llibreta i bolígraf

Formació preparatòria per a l'examen ACTIC de les competències del nivell Mitjà 2: C1, C2, C3, C4, C5, C6 C7 i C8.

Requisit: coneixements bàsics d'usuari en el maneig d'ordinadors i navegació per Internet. Usuari de Gmail per accedir al Classroom

GESTIÓ DEL NÚVOL

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

• Dimarts, de 19.00 a 20.15 h
• 17, 24 novembre i 1 de desembre

Preu: 21 €

Material: telèfon mòbil intel·ligent (sistema Android o iOS), llibreta i bolígraf

INFORMÀTICA BÀSICA

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- Dimarts, de 17.15 a 18.30 h
- Del 9 de febrer al 20 d'abril

Preu: 55 €

Material: telèfon mòbil intel·ligent (sistema Android o iOS), llibreta i bolígraf

GESTIÓ DE FOTOGRAFIES AMB MÒBIL

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- Dimarts, de 19.00 a 20.15 h
- 30 de març, 6, 13, 20 i 27 d'abril

Preu: 34 €

Material: telèfon mòbil intel·ligent (sistema Android o iOS), llibreta i bolígraf

ACTIC NIVELL AVANÇAT: FORMACIÓ INTENSIVA (20 HORES)*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dimecres, de 19.00 a 21.00h
- Del 7 d'abril al 9 de juny

Preu: 88 €

Material: llibreta i bolígraf

* Els participants han de disposar del títol de l'ACTIC MITJA o del COMPETIC 2

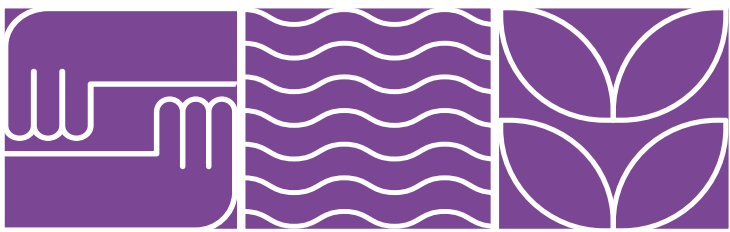
EXÀMENS ACTIC : CADA DIVENDRES A LES 9.30 H, TOTS ELS NIVELLS*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Per a més informació: www.actic.cat o al mateix centre cívic

Inscripcions: www.actic.cat





ARTS ESCÈNIQUES I MUSICALS

*activitats majors de 16 anys
(C) activitats de continuïtat

TALLER DE TEATRE (C)

📍 ESPAI CÍVIC TEATRE BON PASTOR

- Dimecres, de 19.00 a 20.30 h
 - Del 7 d'octubre al 16 de desembre i del 20 de gener al 16 de juny
- Preu trimestre: 37 € (Preu semestre: 69 € a pagar a partir de 2027)

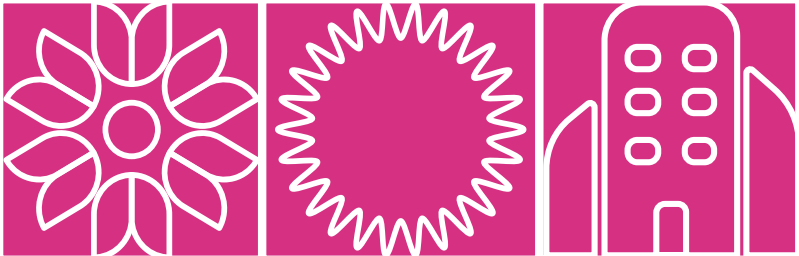
APRÈN A TOCAR L'UKELELE! — A PARTIR DE 16 ANYS*

📍 ESPAI CÍVIC TEATRE BON PASTOR

- **GRUP 1:** · Dijous, de 19.00 a 20.30 h
 - Del 22 d'octubre al 26 de novembre
- Preu: 20 €

- **GRUP 2:** · Dijous, de 19.00 a 20.30 h
 - Del 4 de febrer a l'11 de març
- Preu: 20 €

Material: ukelele, llibreta i bolígraf (l'Espai Cívic Teatre Bon Pastor disposarà d'alguns ukeleles, consultar disponibilitat)



+60 ANYS

(C) activitats de continuïtat

GIMNÀSTICA SALUDABLE (C)

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- **GRUP 1:** Dimarts i dijous, de 9.00 a 10.00 h
- **GRUP 2:** Dimarts i dijous, de 10.10 a 11.10 h
- De l'1 d'octubre al 17 de desembre i del 19 de gener al 17 de juny

Preu trimestre: 53 € (Preu semestre: 100 € a pagar a partir de 2027)

Preu trimestre: 41 € majors de 65 anys (Preu semestre: 78 € a pagar a partir de 2027)

Material: roba còmoda, màrfega i sabates d'esport

ACTIVA LA TEVA MEMÒRIA (C)

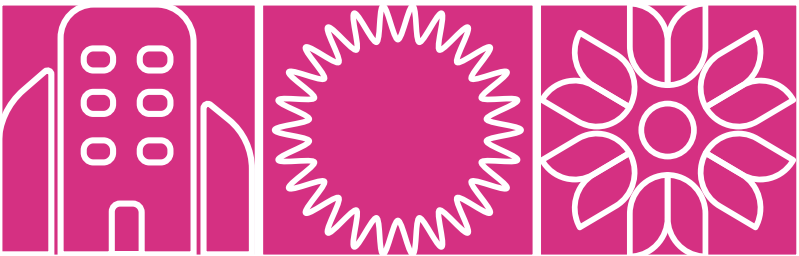
📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- **GRUP 1:** Dimecres i divendres, de 10.00 a 11.00 h
- Del 2 d'octubre al 16 de desembre i del 20 de gener al 18 de juny
- **GRUP 2:** Dimarts i dijous, de 9.20 a 10.20 h
- De l'1 d'octubre al 17 de desembre i del 19 de gener al 17 de juny

Preu trimestre: 53 € (Preu semestre: 100 € a pagar a partir de 2027)

Preu trimestre: 41 € majors de 65 anys (Preu semestre: 78 € a pagar a partir de 2027)

Material: llibreta i bolígraf



AVANTI: ITALIA CONTINUACIÓ (C)

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- Dilluns, de 9.30 a 10.45 h
- Del 5 d'octubre al 14 de desembre i del 18 de gener al 21 de juny
El dia 7 de desembre no és lectiu
- Preu trimestre:** 30 € (Preu semestre: 60 € a pagar a partir de 2027)
- Preu trimestre:** 24 € majors de 65 anys (Preu semestre: 46 € a pagar a partir de 2027)
- Material:** llibreta, bolígraf i manual (se'n facilitarà la referència el primer dia de classe)
- Requisit:** haver cursat el curs anterior en el Centre Cívic Creu de la Mà o superar la prova de nivell

TALLER DE MEMÒRIA I AGILITAT MENTAL

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dilluns, de 9.30 a 10.30 h
- Del 5 d'octubre al 14 de desembre i del 18 de gener al 21 de juny
- Preu trimestre:** 26 € (Preu semestre: 48 € a pagar a partir de 2027)
- Preu trimestre:** 21 € majors de 65 anys (Preu semestre: 37 € a pagar a partir de 2027)
- Material:** llibreta, bolígraf, llapis i goma d'esborrar

ATMANDANCE®: BALLAR PER FER SALUT (C)

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dilluns i dijous, de 17.00 a 18.00 h
- Del 5 d'octubre al 14 de desembre i del 18 de gener al 21 de juny
- Preu trimestre:** 48 € (Preu semestre: 98 € a pagar a partir de 2027)
- Preu trimestre:** 37 € majors de 65 anys (Preu semestre: 76 € a pagar a partir de 2027)
- Material:** aigua, roba còmoda, mitjons antilliscants, manta petita, màrrega
tipus ioga i coixí

ANGLÈS PER SOBREVIVRE EN ELS VIATGES! (CONTINUACIÓ) (C)

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dilluns, de 18.00 a 19.30 h
- Del 5 d'octubre al 14 de desembre i del 18 de gener al 31 de maig
- Preu trimestre:** 36 € (Preu semestre: 61 € a pagar a partir de 2027)
- Preu trimestre:** 28 € majors de 65 anys (Preu semestre: 48 € a pagar a partir de 2027)
- Material:** llibre de text, llibreta i estoig amb estris bàsics

GIMNÀSTICA +60 (C)

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- **GRUP 1:** Dimarts i dijous, de 9.15 a 10.15 h
- **GRUP 2:** Dimarts i dijous, de 10.20 a 11.20 h
- Del 6 d'octubre al 15 de desembre i del 19 de gener al 22 de juny
- Preu trimestre:** 48 € (Preu semestre: 103 € a pagar a partir de 2027)
- Preu trimestre:** 37 € majors de 65 anys (Preu semestre: 80 € a pagar a partir de 2027)
- Material a càrrec de l'alumne:** roba i calçat esportiu, gomes elàstiques tipus Thera band d'intensitat baixa/moderada i aigua

RUMBA, FLAMENC I SEVILLANES (C)

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dimarts, de 15.45 a 16.45 h
- Del 6 d'octubre al 15 de desembre i del 19 de gener al 22 de juny
- Preu trimestre:** 26 € (Preu semestre: 53 € a pagar a partir de 2027)
- Preu trimestre:** 21 € majors de 65 anys (Preu semestre: 41 € a pagar a partir de 2027)
- Material a càrrec de l'alumne:** roba i calçat adequat per ballar i aigua

TALLER DE PINTURA (C)

📍 AULA-TALLER CAPUTXINS

- Dimarts, de 10:30 a 12:30 h
 - Del 6 d'octubre al 15 de desembre i del 19 de gener al 15 de juny
- Preu trimestre:** 48 € (Preu semestre: 100 € a pagar a partir de 2027)
Preu trimestre: 37 € majors de 65 anys (Preu semestre: 78 € a pagar a partir de 2027)
Material: a càrrec dels participants segons el projecte a fer i la tècnica

INFORMÀTICA FÀCIL DES DE 0

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dimecres, de 9.30 a 10.45 h
 - Del 7 d'octubre al 9 de desembre
- Preu:** 33 €
Preu: 26 € majors de 65 anys
Material: estoig amb estris bàsics i llibreta

HATHA IOGA (C)

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dimecres, de 9.30 a 10.45 h
 - Del 7 d'octubre al 16 de desembre i del 20 de gener al 16 de juny
- Preu trimestre:** 33 € (Preu semestre: 63 € a pagar a partir de 2027)
Preu trimestre: 26 € majors de 65 anys (Preu semestre: 49 € a pagar a partir de 2027)
Material: aigua, roba còmoda, mitjons antilliscants, manta petita, màrfega tipus ioga i coixí

GIMNÀSTICA SUAU I PILATES (C)

📍 ESPAI CÍVIC TEATRE BON PASTOR

- Dimecres, de 9:15 a 10:15 h
 - Del 7 d'octubre al 16 de desembre i del 20 de gener al 16 de juny
- Preu trimestre:** 15 € (Preu semestre: 25 € a pagar a partir de 2027)
Preu trimestre: 12 € majors de 65 anys (Preu semestre: 19,50 € a pagar a partir de 2027)
Material: roba còmoda, mitjons antilliscants, màrfega tipus ioga, tovallola i aigua

HATHA IOGA (C)

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

- **GRUP 1:** Dimecres, de 9.30 a 10.45 h
- **GRUP 2:** Dimecres, d'11.00 a 12.15 h

Del 7 d'octubre al 16 de desembre i del 20 de gener al 16 de juny
Preu trimestre: 33 € (Preu semestre: 63 € a pagar a partir de 2027)
Preu trimestre: 26 € majors de 65 anys (Preu semestre: 49 € a pagar a partir de 2027)
Material: roba còmoda, màrfega, manta, bloc de ioga, cinturó de ioga i coixí (opcional)



CONEIXEM L'ÚS DEL MÒBIL

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

· Dimarts, de 10.30 a 11.45 h

· **GRUP 1:** Del 13 d'octubre a l'1 de desembre

· **GRUP 2:** Del 23 de febrer al 20 d'abril

Preu: 26 €

Preu: 21 € majors de 65 anys

Material: telèfon mòbil intel·ligent (sistema Android o iOS), llibreta i bolígraf

TELÈFON INTEL·LIGENT: APPS BÀSIQUES I ORGANITZACIÓ

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

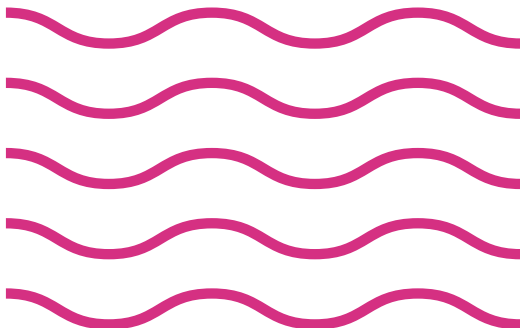
· Dimecres, de 9.30 a 10.30 h

· Del 3 de febrer al 21 d'abril

Preu: 29 €

Preu: 23 € majors de 65 anys

Material: telèfon intel·ligent, estoig amb estris bàsics i llibreta



ACTIVITATS JULIOL

*activitats majors de 16 anys



HATA IOGA*

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

· Dilluns, de 9.30 a 10.45 h

· Del 5 al 26 de juliol

Preu: 27,50 €

Material: roba còmoda, màrrega, manta, bloc de ioga, cinturó de ioga i coixí (opcional)

FITPILATES VERSIÓ ESTIU*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

· Dilluns, de 9.30 a 10.30 h

· Del 5 al 26 de juliol

Preu: 22 €

Material: roba còmoda, mitjons antilliscants, màrrega tipus ioga, gomes elàstiques tipus Thera band d'intensitat baixa/moderada i aigua

COSTURA CREATIVA*

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

· Dilluns, de 10.00 a 11.30 h

· Del 5 al 26 de juliol

Preu: 33 €

Material: Màquina de cosir, tisores de roba, talla fils, cinta mètrica, agulles de cap, agulles, descosidor, fils de cosir, marcador de roba, didal (opcional), robes, 1 full de paper craft o per a patró

Requisit: tenir coneixements bàsics de costura i de màquina de cosir

GINNÀSTICA SUAU AMB CADIRA

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

· Dilluns, d'11.00 a 12.00 h

· Del 5 al 26 de juliol

Preu: 22 €

Material: roba còmoda

GINNÀSTICA +60 VERSIÓ ESTIU

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

· Dimarts i dijous, de 9.15 a 10.15 h

· De l'1 al 29 de juliol

Preu: 24 €

Preu: 19 € majors de 65 anys

Material: roba i calçat esportiu, gomes elàstiques tipus Thera band d'intensitat baixa/moderada i aigua

HATA IOGA +60

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

· Dimecres, de 9.30 a 10.45 h

· Del 7 al 28 de juliol

Preu: 13 €

Preu: 10 € majors de 65 anys

Material: roba còmoda, màrrega, manta, bloc de ioga, cinturó de ioga i coixí (opcional)

ACTIVA LA TEVA MEMÒRIA +60

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

· Dimecres i divendres, de 10.00 a 11.00 h

· Del 2 al 30 de juliol

Preu: 24 €

Preu: 19€ majors de 65 anys

Material: llibreta i bolígraf

HATHA IOGA +60 VERSIÓ ESTIU

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

· Dimecres, de 9.30 a 10.45 h

· Del 7 al 28 de juliol

Preu: 13 €

Preu: 10 € majors de 65 anys

Material: aigua, roba còmoda, mitjons antilliscants, manta petita, màrfega tipus ioga i coixí

AQUAREL·LA*

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

· Divendres, d'11.00 a 12.30 h

· Del 2 al 30 de juliol

Preu: 41 €

Material: bloc de paper per a aquarel·la (350 g), llapis HB, goma, capsa d'aquarel·les (12 o 24 colors), pinzells rodons i plans del número 4, 8 i 12, una paleta per barrejar colors, recipient per a l'aigua, drap o paper absorbent

EXPOSICIONS

L'ART DE LES EMOCIONS

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Del 7 de setembre al 9 d'octubre

A càrrec d'AMES (Asociación Miastenia de España) amb la col·laboració d'ARGENX, companyia compromesa amb la comunitat de persones amb miastènia i amb l'impuls de projectes de sensibilització, visibilització i suport.

Una col·lecció artística que transforma testimonis reals de persones amb miastènia en imatges generades mitjançant intel·ligència artificial. L'art de les emocions combina art, intel·ligència artificial i testimonis personals per mostrar com les persones amb miastènia viuen, senten i transformen la seva malaltia. Les obres representen tres àmbits essencials de la vida: la qualitat de vida, la productivitat i les relacions interpersonals.

Tècnica: Fotografia i IA



WANGALA, RELATS DE RESISTÈNCIA DE LES DONES SAHRAUÍS

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Del 16 al 29 de setembre

A càrrec de Zeinaby Said, Pau Coll i Samuel Nacar

Des de fa cinquanta anys el poble sahrauí sent el pes del temps passant sense poder tornar a la seva terra. El Sàhara Occidental figura a la llista de territoris pendents de descolonització de les Nacions Unides des de 1963. Les dones sahrauís són un pilar fonamental de la resistència sahrauí, tant des dels campaments com els territoris ocupats i la diàspora. En la seva capacitat per sostenir la vida col·lectiva, preservar la memòria i defensar la dignitat trobem una de les claus per a comprendre com el poble sahrauí continua resistint a l'ocupació mig segle després.

Tècnica: fotografia i entrevista.



RUIDO

MIRADES DE NÍGER

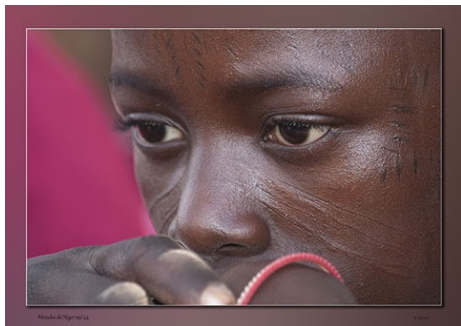
📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Del 7 d'octubre a l'11 de novembre

A càrrec de l'entitat DNÍGER.CAT

Exposició interactiva que té com a objectiu que l'observador intenti aproximar-se a les persones fotografiades a través de la seva mirada i pugui qualificar les que més li agradin, o més l'impactin, amb l'adjectiu més adient. Són fotografies de primers plans de persones de Níger que d'una manera o altra estan relacionades amb projectes de Cooperació portats a terme per Dniger.Cat i en la seva majoria finançats per l'Ajuntament de Figueres.

Tècnica: Fotografia



LA MEVA VIDA EN 2M2, UN RELAT VISUAL DEL SENSELLARISME A FIGUERES

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU I CREU DE LA MÀ

- Centre Cívic Joaquim Xirau

Del 13 d'octubre a l'11 de novembre

- Centre Cívic Creu de la Mà

Del 13 de novembre al 17 de desembre

Presentació: 27 de novembre, a les 18.00 h

A càrrec de Creu Roja Figueres

Pot tota una vida cabre en dos metres quadrats? Creu Roja acompanya quatre persones sense llar per apropar-nos al seu dia a dia mentre la resta del món segueix la seva rutina. Reflexionem sobre què significa tenir una llar i sobre la realitat de qui no en té. Una llar és molt més que un sostre: és seguretat, records i vincles. És l'espai on construïm la nostra vida. Què passa quan tot això s'ha de reduir al mínim?

Tècnica: fotografia digital



La meva vida en 2m²

UN RELAT VISUAL DEL
SENSELLARISME
A FIGUERES

 **Creu Roja**

 **Creu Roja**

MARIA VERDAGUER EN EL CENTENARI DEL SEU NAIXEMENT (1925-2025)

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

De l'1 de desembre al 2 de gener

A càrrec de CFA- Centre de Formació d'Adults 'Maria Verdaguer' de Figueres

Representa un record del testimoniatge d'una gran defensora i ensenyant de la llengua catalana durant uns anys difícils, juntament amb el seu marit Ernest Fortiana, ambdós eren coneguts com "els de català".



XIUXIUEJOS DE LA NATURA — PART 2

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Del 15 de gener al 15 de març

A càrrec d'Agata Rościecha

El projecte artístic "Xiuxiuejos de la natura" és una història que connecta la humanitat amb el món natural. És un espai on una fulla remoguda pel vent o un bri d'herba poden esdevenir un signe i una forma de diàleg. Aquí, la relació entre humanitat i natura es basa en la capacitat de percebre el significat dels petits fenòmens i ritmes naturals. Els "Xiuxiuejos de la natura" no són literals, sinó una sensibilitat que ens permet interpretar el món com un tot viu i vibrant, en què la humanitat i la natura són un mirall d'un sol ser.

Tècnica: mixta grattage i frottage



PASSEJANT PER L'EMPORDÀ

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Del 20 de gener al 19 de febrer

A càrrec de Salvador Torres

Als empordanesos i empordaneses els agrada dir que els cels de l'Empordà són únics, i no s'enganyen. Els seus cels abracen i il·luminen una plana on la llum i els colors dibuixen uns paisatges esplèndids i que el pintor ha volgut recollir i mostrar en aquesta exposició.

Tècnica: guaix i acrílic.



MONS DE PAPER

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Del 24 de febrer al 24 de març

A càrrec d'Álex Lloveras

L'obra d'Álex es mou entre la il·lustració infantil, el disseny de personatges i l'exploració emocional del retrat contemporani. A través de colors suaus, narratives i personatges expressius, construeix petits universos on conviuen la fantasia i la vida quotidiana. Influenciada per l'animació i els contes il·lustrats. El seu procés combina dibuix tradicional i pintura digital. Cada il·lustració funciona com una escena oberta: una història breu que convida a imaginar què passa a cada imatge.

Tècnica: dibuix digital, aquarel·la i tinta xinesa



EL REGAL

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Del 7 d'abril al 12 de maig

A càrrec d'Eva Zurita

Aquesta exposició explora el món de la quotidianitat, de la connexió amb la natura i de l'amor més profund i pur per a les coses que ens envolten i ens acompanyen.

Tècnica: aquarel·la, acrílic, guaix, llapis i dibuix digital.



RAHOLAFOTO2025

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Del 2 al 30 d'abril a càrrec de la Diputació de Girona per mitjà d'INSPAI, Centre de la Imatge

L'exposició té la seva gènesi en els Premis Carles Rahola de Comunicació Local, que promouen cada any la Diputació de Girona i la Demarcació de Girona del Col·legi de Periodistes de Catalunya amb l'objectiu de reconèixer la tasca de la professió periodística a les comarques gironines. La mostra es compon dels treballs que els fotoperiodistes van presentar a la dissetena edició d'aquests guardons en la categoria que premia la millor fotografia de premsa. L'exposició i el catàleg presenten una selecció de vint imatges de dotze professionals del fotoperiodisme que, amb la seva mirada personal, aconsegueixen fer reviure en imatges l'any 2024.

Tècnica: fotografia



Diputació de Girona

EL MÓN DE LES EMOCIONS

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Del 6 de maig al 10 de juny

A càrrec del Bárbara Pozo Campoy

L'exposició neix durant la pandèmia, quan l'art es va convertir en una eina d'expressió i descoberta personal. Autodidacta i apassionada per la creativitat, l'artista va trobar en la pintura una manera de transmetre emocions i experiències. Nascuda a Jaén i establerta a Catalunya des dels 18 anys, ha desenvolupat una trajectòria vinculada a diverses arts manuals i tècniques artístiques. En els darrers anys s'ha especialitzat en la pintura acrílica sobre llenç amb la tècnica de l'art fluid. Aquesta exposició és la culminació d'un somni i una invitació a compartir emocions a través de l'art.

Tècnica: Pintura acrílica



XX EDICIÓ D'ARTISTES NOVELLS

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Exposició de les obres dels grups de dibuix i pintura, grup d'infants i grup d'adults del Centre Cívic Creu de la Mà.

GRUP INFANTS: del 20 al 27 de maig

GRUP ADULTS: del 9 al 22 de juny





**QUINA AIGUA BEVEM? QUALITAT, SALUT I
ALTERNATIVES PER A CASA**
📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

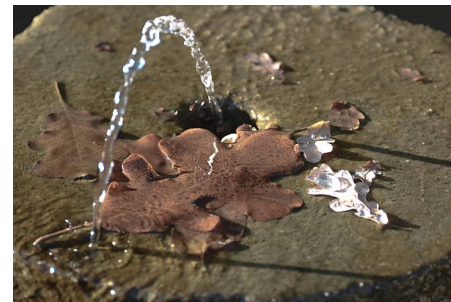
Dimecres, 30 de setembre a les 19.00 h

A càrrec de Rodrigo Sosa i Judit Cano (AQUA03PURE)

En aquesta xerrada parlarem sobre la qualitat de l'aigua que consumim cada dia, les diferències entre l'aigua de l'aixeta i l'aigua embotellada i com pot influir en la salut. També explicarem alternatives senzilles per millorar-ne la qualitat a casa, resoldrem els dubtes dels assistents i farem demostracions visuals relacionades.

Dirigit a públic a partir de 16 anys
Activitat gratuïta
Places limitades
Cal matrícula prèvia

XERRADES




AQUA03PURE
DRINK PURE. LIVE BETTER.



LA SEXUALITAT FEMENINA DES DE LA PERSPECTIVA DE LA MEDICINA XINESA

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Divendres, 5 de març a les 19.00 h

A càrrec de Xènia Ros

La sexualitat femenina està vinculada a la relació que tenim les dones entre el cor i la matriu. En la medicina xinesa parlem de l'equilibri entre l'energia de l'aigua i el foc. Cada etapa vital pot ser una oportunitat per a cuidar aquesta harmonia.

Dirigit a públic a partir de 16 anys

Activitat gratuïta

Places limitades

Cal matrícula prèvia



Tao Silvestre

BENEFICIS DE L'AIGUA DE MAR PER A LA SALUT

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Divendres, 16 d'abril a les 19.00h

A càrrec de Valérie Espinasse i Xènia Ros, de l'Associació Som mar

Sabies que el mar és molt més que un lloc on banyar-se? És de fet un gran aliat per a la nostra salut. En aquesta xerrada descobrirem els seus beneficis, tant a través del contacte amb la pell, la respiració, la contemplació o la ingesta, i coneixerem la Recepta Blava, una iniciativa de l'associació Som Mar que promou la salut integral (física, mental, emocional, espiritual i social) a través del contacte conscient amb l'entorn marí. Recordarem una cosa essencial: cuidar el mar també és una manera de cuidar-nos.

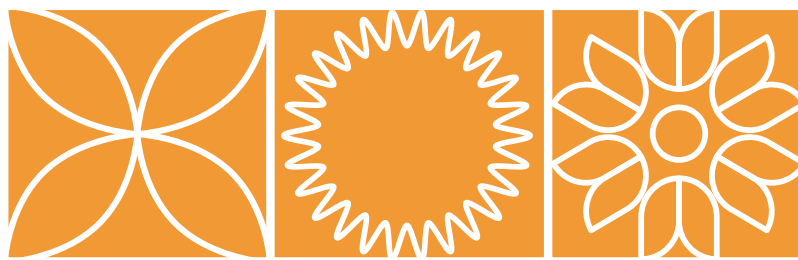
Dirigit a públic a partir de 16 anys

Activitat gratuïta

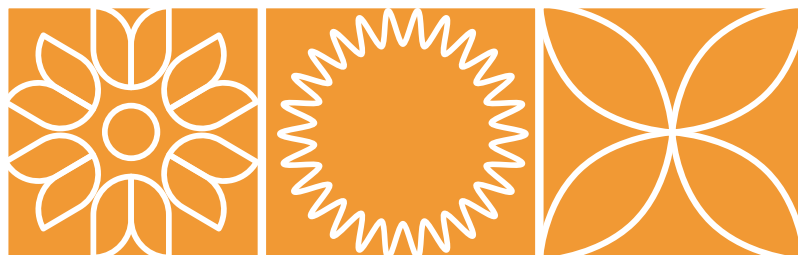
Places limitades

Cal matrícula prèvia





PROGRAMES SOCIALS I SUPORT A ENTITATS



DONA DÓNA ALT EMPORDÀ GRUP DE SUPORT A L'ALLETAMENT MATERN

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Per a més informació: <http://donadona.cat>
lactancia@donadona.cat / Facebook: @donadonaAE
Instagram: @donadonaae - Twitter: @donadonaAE

Organitzen: Associació Dona dona i Servei d'Acció Cívica de l'Ajuntament de Figueres



ASSOCIACIÓ "HILANDO AMISTADES"

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Organitzen: Associació "Hilando amistades i Servei d'Acció Cívica de l'Ajuntament de Figueres

ASSOCIACIÓ LES NENES DE LABORS

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Organitzen: Associació Les nenes de labors i Servei d'Acció Cívica de l'Ajuntament de Figueres

ESCOLA DE NOVES OPORTUNITATS (AFPAE) FORMACIÓ PER A JOVES ENTRE 16 I 29 ANYS

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Per a més informació: Telèfon: 972 525 556 - 683 474 396
escola@eoportunitats.com

Organitzen: Associació Formació professional Alt Empordà i Servei d'Acció Cívica de l'Ajuntament de Figueres.



CONSULTORI MÈDIC MARCA DE L'HAM

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

- Dilluns, dimecres i dijous de 8.10 a 20.00 h

- Dimarts i divendres de 8.10 a 15.00 h

*L'horari pot variar segons urgències mèdiques

Per a més informació: 972 51 40 55

Organitzen: Institut de Català de la Salut i Servei d'Acció Cívica de l'Ajuntament de Figueres

Salut/ Institut Català de la Salut
Atenció Primària



SUPORT PER A L'EMISSIÓ DE CERTIFICATS D'EMPADRONAMENT (OMAC)

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ I JOAQUIM XIRAU

Servei gratuït de suport per a l'emissió i impressió de certificats d'empadronament, convivència i certificats històrics d'empadronament. Avis: per a empadronar-se o per resoldre qualsevol altra incidència caldrà fer la gestió presencialment a l'OMAC de l'Ajuntament.

Cal reservar hora prèvia a cada centre cívic:

Centre Cívic Joaquim Xirau: 972 67 86 22 - cxirau@figueres.org

Centre Cívic Creu de la Mà: 972 67 85 96 - cceudelama@figueres.org

TEA ALT EMPORDÀ

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Xerrades i reunions informatives de l'Escola per a famílies amb fills/es amb autisme i professionals.

Escola de Famílies de 9.30 a 11.30 h: 24 de novembre, 19 de gener i 20 d'abril

Escola de Famílies de 18.00 a 20.00 h: 24 de setembre, 22 d'octubre, 17 de desembre, 25 de febrer, 18 de març, 27 de maig i 10 de juny

Per a més informació: info@teaalttemporda.org -

<http://teaalttemporda.org>

Organitzen: TEA Alt Empordà i Servei d'Acció Cívica de l'Ajuntament de Figueres



ASSOCIACIÓ FAMÍLIA I SALUT MENTAL DE GIRONA I COMARQUES TALLERS I ACTIVITATS.

GRUP D'AJUDA MÚTUA (GAM)

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ I JOAQUIM XIRAU

Activitats per a persones amb problemes de salut mental usuàries del Club Social de Figueres.

Per a més informació: C. Rutlla, 20-22 despatxos 1 i 2, 17002 Girona - 972 20 04 63 - 629 333 774

info@familiaisalutmental.cat - www.familiaisalutmental.cat

Organitzen: Associació Família i Salut Mental de Girona i comarques i Servei d'Acció Cívica de l'Ajuntament de Figueres



Associació **Família i Salut Mental** de Girona i Comarques

ATENCIÓ A LA SALUT SEXUAL I REPRODUCTIVA (ASSIR)

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

· Dimecres de 9.00 a 13.30 h (visites concertades)

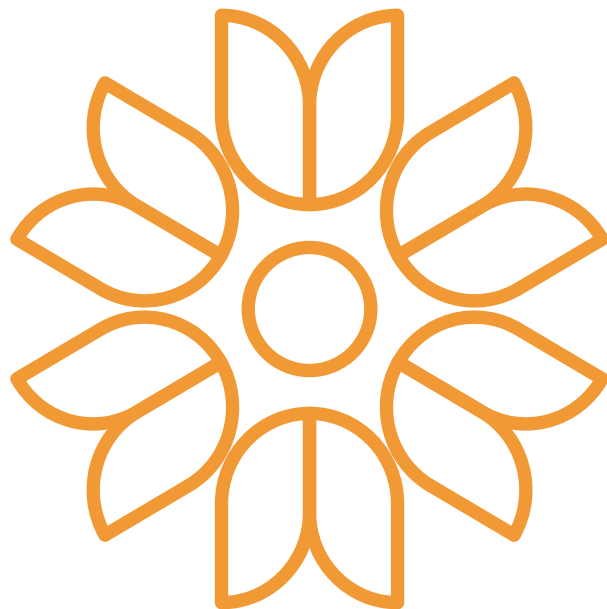
Per a més informació: Ronda del rector Arolas s/n, 17600

Figueres - 972 50 14 00

Organitzen: Hospital de Figueres i Servei d'Acció Cívica de l'Ajuntament de Figueres



Fundació
Salut Empordà



PER A MÉS INFORMACIÓ:

CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Plaça Remei Bosch, s/n de Figueres

Tel. 972 67 85 96 – cceudelama@figueres.org

Google Maps: 7X68+37 Figueres

Web: figueres.cat/temes/accio-civica/centres-civics-municipals/centre-civic-creu-de-la-ma

Horari d'atenció al públic:

Matins: de dilluns a divendres de 9.00 a 14.00 h

Tardes: de dilluns a dijous de 16.30 a 19.30 h i divendres de 16.00 a 18.30 h

CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

C/ de Vilatenim, 45 de Figueres

Tel. 972 67 86 22 – cxirau@figueres.org

Google Maps: 7X9J+R2 Figueres

Web: figueres.cat/temes/accio-civica/centres-civics-municipals/centrecivicioaquimxirau

Horari d'atenció al públic:

Matins: de dilluns a divendres de 9.00 a 14.00 h

Tardes: de dilluns a dijous de 17.00 a 20.00 h

ESPAI CÍVIC TEATRE DEL BON PASTOR

Dr. Barraquer, 4 de Figueres

Tel. 972 78 17 35 – teatrebonpastor@figueres.org

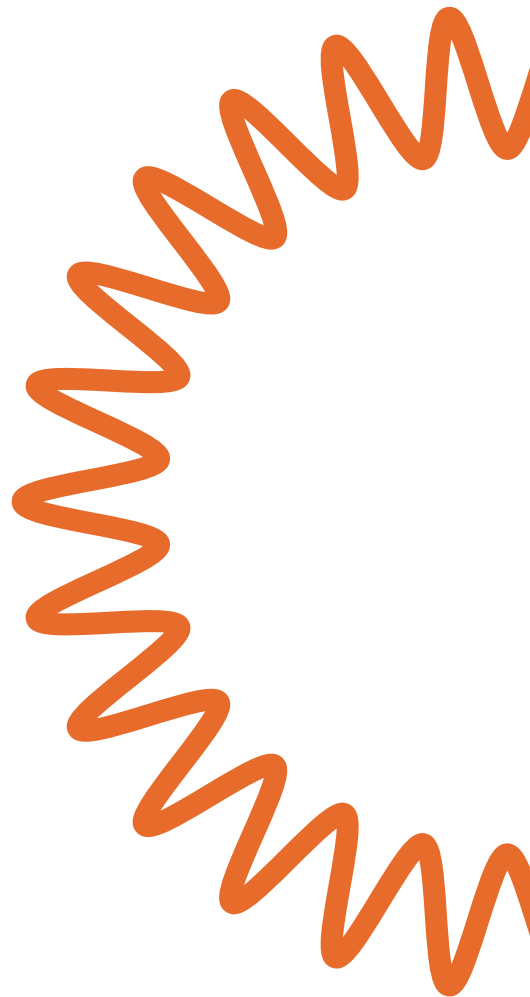
Google Maps: 7X82+32H

Web: figueres.cat/temes/accio-civica/centres-civics-municipals/espai-civico-bon-pastor

Horari d'atenció al públic:

Matins: de dilluns a divendres de 9.00 a 14.00 h

Tardes: de dilluns a dijous de 17.00 a 20.00 h



Enllaços i RRSS

Matrícules en línia:
figueres.cat/matriculacions

Centres Cívics Municipals:
figueres.cat/centrescivics

Servei d'Acció Cívica, Drets Civils i Cooperació:
figueres.cat/acciocivica

Agenda dels Centres Cívics Municipals:
figueres.cat/temes/accio-civica/agenda

Instagram dels Centres Cívics Municipals:
[instagram.com/figuerescentrescivics](https://www.instagram.com/figuerescentrescivics)

Facebook dels Centres Cívics Municipals:
[facebook.com/figuerescentrescivics](https://www.facebook.com/figuerescentrescivics)



Ajuntament de
Figueres



Disseny i maquetació:

oh
comunicació