

PROGRAMA DELS CENTRES CÍVICS MUNICIPALS DE FIGUERES

OCTUBRE 2025 - JULIOL 2026



Ajuntament de
Figueres





Des del Servei d'Acció Cívica de l'Ajuntament de Figueres tenim el plaer de presentar-vos la nova programació dels centres cívics de la ciutat. És una programació pensada amb il·lusió, compromís i una clara voluntat de continuar fent dels centres cívics espais vius, oberts i al servei de tota la ciutadania.

Hem dissenyat una oferta d'activitats diversa i inclusiva, adreçada a tots els col·lectius: infants, joves, persones adultes i gent gran. Tallers, xerrades, formacions, espais de trobada i propostes culturals que conviden a compartir, aprendre i créixer com a comunitat.

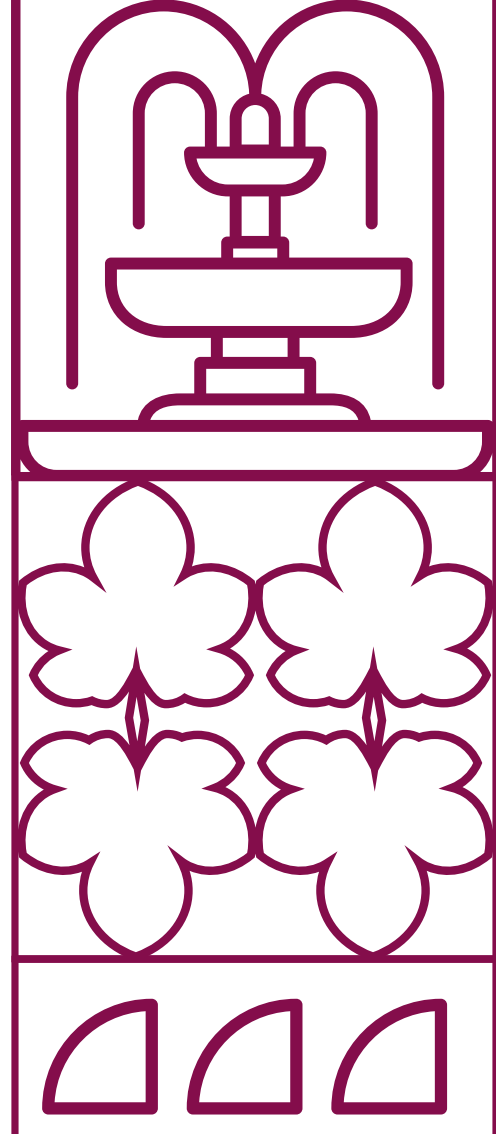
Els centres cívics són molt més que equipaments: són punts de connexió, de participació i de convivència. Us animem a fer-los vostres, a participar-hi activament i a gaudir de tot el que ofereixen. Aprofitem per anunciar que l'Espai Cívic Teatre del Bon Pastor torna a estar al 100% operatiu!

Gràcies per formar part d'una ciutat més activa, oberta i cohesionada.

Martina Prat

Regidora del Servei d'Acció Cívica

Ajuntament de Figueres





MATRICULACIONS DE TOTES LES ACTIVITATS, EXCEPTE L'ÀMBIT +60 ANYS:

MATRÍCULA EN LÍNIA:

DEL 6 AL 14 D'OCTUBRE A PARTIR DE LES 9 H

MATRÍCULA PRESENCIAL A CADA CENTRE CÍVIC:

6 D'OCTUBRE DE 9 A 13 i DE 16 A 19 H

MATRICULACIONS DE LES ACTIVITATS DE L'ÀMBIT +60 ANYS:

MATRÍCULA EN LÍNIA:

DEL 8 AL 14 D'OCTUBRE A PARTIR DE LES 9 H

MATRÍCULA PRESENCIAL A CADA CENTRE CÍVIC:

8 D'OCTUBRE DE 9 A 13 i DE 16 A 19 H

RENOVACIONS DE LES ACTIVITATS DE CONTINUÏTAT:

RENOVACIONS EN LÍNIA:

10 i 11 DE DESEMBRE A PARTIR DE LES 9 H (SENSE PAGAMENT)

PRESENCIAL A CADA CENTRE CÍVIC:

10 i 11 DE DESEMBRE DE 9 A 13 i DE 16 A 19 H

PAGAMENTS DE LES ACTIVITATS DE CONTINUÏTAT (RENOVADES AL DESEMBRE):

PAGAMENTS EN LÍNIA:

8 I 9 DE GENER A PARTIR DE LES 9 H

PRESENCIAL A CADA CENTRE CÍVIC:

8 I 9 DE GENER DE 9 A 13 i DE 16 A 19 H

MATRICULACIONS DE LES NOVES ACTIVITATS I DE LES PLACES VACANTS DE CONTINUÏTAT:

MATRÍCULA EN LÍNIA:

DEL 14 AL 20 DE GENER A PARTIR DE LES 9 H

MATRÍCULA PRESENCIAL A CADA CENTRE CÍVIC:

14 I 15 DE GENER DE 9 A 13 i DE 16 A 19 H

INICI DE LES ACTIVITATS: 20 D'OCTUBRE

(Si necessites suport vine al Centre Cívic Joaquim Xirau o Creu de la Mà i accedeix a la nostra aula informàtica on t'ajudarem a formalitzar la matrícula.)
Recorda que no hi ha prematrícula, ni sorteig, és matrícula directa.

La matrícula en línia de les activitats restarà oberta mentre hi hagi places disponibles i des dels Centres Cívics Municipals (CCM) es matricularà dins de l'horari habitual de cada centre.

MATRÍCULA EN 4 PASSOS!

1.

www.figueres.cat/matriculacions

2.

Registra't (si és la primera vegada) **o Identifica't** (si ja ets un antic alumne)

*Si has fet alguna activitat anteriorment als CCM ja **ESTÀS REGISTRAT**. Recorda que, si no has canviat la teva Paraula Clau, per defecte és el teu DNI (sense espais entre els caràcters i la lletra en majúscula) i el format de la Data de Naixement és DD/MM/AAAA.

3.

Per començar la matrícula clica **CERCAR** on trobaràs el llistat d'activitats i clicant a la lupa trobaràs tota la informació de l'activitat escollida i podràs **INICIAR LA MATRÍCULA**.

4.

IMPRESSIÓ DE DOCUMENTS I PAGAMENT. Tria si vols imprimir el justificant de pagament i **fer el pagament al caixer de la Caixa**, o si vols pagar en línia amb **targeta de crèdit**. Imprimeix o desa el rebut de pagament.

INDICACIONS

Avís per matricular en les activitats infantils: primer cal que el tutor estigui registrat i hagi afegit al menor en l'opció "Afegir representat". Després identificar-se com a tutor, cercar i seleccionar l'activitat, i llavors la web et permetrà canviar a les dades del menor.

Les matrícules són personals i intransferibles a altres persones.

Les activitats dels CCM estan adreçades a majors de 18 anys, però les persones a partir de 16 anys poden matricular-se a les activitats generals marcades amb el símbol *, amb prèvia autorització familiar.

Els Centres Cívics Municipals es reserven el dret de retornar les quotes en cas que l'activitat sigui anul·lada per manca de matrícules. **No es retornarà la quota de la matrícula en cap altre cas.**

Per formalitzar la matrícula caldrà efectuar el pagament de l'activitat durant les 48 h laborals següents.

Si un alumne sol·licita un canvi d'activitat, un cop formalitzada la matrícula, assumirà la diferència entre les dues quotes, ja sigui per una diferència d'import superior o inferior a la quota ingressada.

Les llistes d'espera de les activitats no tindran validesa per a programacions posteriors.

Els alumnes portaran el seu material per a dur a terme les activitats i no es podrà deixar en els equipaments.

Els alumnes matriculats pel període d'octubre a desembre, podran renovar la seva plaça al desembre i el pagament s'efectuarà al gener 2026.

En cas de sol·licitar descomptes per aturats del 50% o fraccionaments de les quotes del semestre 2026, contactar amb el centre cívic corresponent on es realitzi l'activitat.

DIES NO LECTIUS: Del 22 de desembre al 16 de gener, del 30 de març al 6 d'abril i el 23 de juny.



BALL, DANSA I GIMNÀSTICA



ESCANEJA EL CODI QR
PER A MÉS INFORMACIÓ!



HATHA IOGA*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

GRUP MATÍ: Dilluns, de 9.30 a 10.45 h

Del 20 d'octubre al 15 de desembre i del 19 de gener al 20 de juliol
 • **Preu trimestre:** 42 € (**Preu semestre:** 128€ a pagar a partir del 2026)

GRUP TARDA: Dimecres, de 18.45 a 20 h

De 22 d'octubre al 17 de desembre i del 21 de gener al 22 de juliol
 • **Preu trimestre:** 47 € (**Preu semestre:** 132€ a pagar a partir del 2026)

• **Material:** roba còmoda, mitjons antilliscants, manta petita, màrrega tipus ioga i coixí o bloc

GIMNÀSTICA ABDOMINAL HIPOPRESSIVA I SÒL PELVIÀ

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dilluns, de 15.30 a 16.30 h

Del 20 d'octubre al 15 de desembre i del 19 de gener al 20 de juliol
 • **Preu trimestre:** 40 € (**Preu semestre:** 102 € a pagar a partir de 2026)
 • **Material:** roba i calçat esportiu, màrrega tipus ioga, tovallola i aigua

ATMANDANCE: DANSA, ASANES I MEDITACIÓ*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dilluns, de 18.15 a 19.30 h

Del 20 d'octubre al 15 de desembre i del 19 de gener al 20 de juliol
 • **Preu trimestre:** 42 € (**Preu semestre:** 128 € a pagar a partir de 2026)
 • **Material:** aigua, roba còmoda, mitjons antilliscants, manta petita, màrrega tipus ioga i coixí

GIMNÀSTICA SUAU AMB CADIRA

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Dilluns, d'11.00 a 12.00 h

Del 20 d'octubre al 15 de desembre i del 19 de gener al 27 de juliol
 • **Preu trimestre:** 40 € (**Preu semestre:** 106 € a pagar a partir de 2026)
 • **Material:** roba còmoda

HATHA IOGA*

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

GRUP MATÍ: Dilluns, de 9.30 a 10.45 h

Del 20 d'octubre al 15 de desembre i del 19 de gener al 27 de juliol

GRUP TARDA: Dilluns, de 20.15 a 21.30 h

Del 20 d'octubre al 15 de desembre i del 19 de gener al 27 de juliol

• **Preu trimestre:** 42 € (**Preu semestre:** 132 € a pagar a partir de 2026)
 • **Material:** roba còmoda, màrrega, manta, bloc de ioga, cinturó de ioga i coixí (opcional)

BALLS EN LÍNIA

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

GRUP 1: Dilluns, de 17.30 a 18.30 h

Del 20 d'octubre al 15 de desembre i del 19 de gener al 27 de juliol

GRUP 2: Dimecres, de 17.30 a 18.30 h

Del 22 d'octubre al 17 de desembre i del 21 de gener al 22 de juliol

• **Preu trimestre:** 41 € (**Preu semestre:** 106 € a pagar a partir de 2026)
 • **Material:** roba còmoda i aigua

ZUMBA

📍 ESPAI CÍVIC TEATRE BON PASTOR

Dilluns, de 19:30 a 20:30 h

Del 20 d'octubre al 15 de desembre i del 19 de gener al 15 de juny
 • **Preu trimestre:** 20 € (**Preu semestre:** 42 € a pagar a partir de 2026)
 • **Material:** roba i calçat esportiu, tovallola i aigua

BALLS LLATINS*

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Dimarts, de 20.15 a 21.15 h

Del 21 d'octubre al 16 de desembre i del 20 de gener al 16 de juny

• **Preu trimestre:** 41 € (**Preu semestre:** 89 € a pagar a partir de 2026)

• **Material:** roba còmoda i aigua

COS I EQUILIBRI - IOGA, TAITXÍ I PILATES*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dimarts, de 20.15 a 21.15 h

Del 21 d'octubre al 16 de desembre i del 20 de gener al 21 de juliol

• **Preu trimestre:** 41 € (**Preu semestre:** 106 € a pagar a partir de 2026)

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

BALLA I GAUDEIXI!*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dimarts, de 19.00 a 20.00 h

Del 21 d'octubre al 16 de desembre i del 20 de gener al 21 de juliol

• **Preu trimestre:** 41 € (**Preu semestre:** 106 € a pagar a partir de 2026)

• **Material:** roba i calçat esportiu, màrfega tipus ioga, tovallola i aigua

FITPILATES

📍 ESPAI CÍVIC TEATRE BON PASTOR

Dimarts, de 9.30 a 10.30 h

Del 21 d'octubre al 16 de desembre i del 20 de gener al 16 de juny

Preu trimestre: 21 € (**Preu semestre:** 44 € a pagar a partir de 2026)

Material: roba còmoda, mitjons antilliscants, màrfega, tovallola i aigua

PILATES*

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

GRUP 1: Dimarts, de 19.00 a 20.00 h

Del 21 d'octubre al 16 de desembre i del 20 de gener al 28 de juliol (23 de juny no lectiu).

GRUP 2: Dijous, de 19.00 a 20.00 h

Del 23 d'octubre al 18 de desembre i del 22 de gener al 23 de juliol

• **Preu trimestre:** 41 € (**Preu semestre:** 111 € a pagar a partir de 2026)

• **Material:** roba còmoda, màrfega i mitjons antilliscants

FITPILATES*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

GRUP 1: Dimecres, de 9.30 a 10.30 h

Del 22 d'octubre al 17 de desembre i del 21 de gener al 22 de juliol

• **Preu trimestre:** 41 € (**Preu semestre:** 106 € a pagar a partir de 2026)

GRUP 2: Dimecres, de 15.30 a 16.30 h

Del 22 d'octubre al 17 de desembre i del 21 de gener al 22 de juliol

• **Preu trimestre:** 41 € (**Preu semestre:** 106 € a pagar a partir de 2026)

GRUP 3: Dijous, de 19.00 a 20.00 h

Del 23 d'octubre al 18 de desembre i del 22 de gener al 23 de juliol

• **Preu trimestre:** 41 € (**Preu semestre:** 111 € a pagar a partir de 2026)

GRUP 4: Divendres, de 8.15 a 9.15 h

Del 24 d'octubre al 19 de desembre i del 23 de gener al 24 de juliol

• **Preu trimestre:** 41 € (**Preu semestre:** 106 € a pagar a partir de 2026)

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

ESTIRAMENTS I TONIFICACIÓ

📍 ESPAI CÍVIC TEATRE BON PASTOR

Dimarts, d'10.45 a 12.00 h

Del 21 d'octubre al 16 de desembre i del 20 de gener al 16 de juny

- **Preu trimestre:** 24 € (**Preu semestre:** 56 € a pagar a partir de 2026)
- **Material:** roba còmoda, mitjons antilliscants, màrrega, tovallola i aigua

ZUMBAFIT*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dimecres, de 20.15 a 21.15 h

Del 22 d'octubre al 17 de desembre i del 21 de gener al 22 de juliol

- **Preu trimestre:** 41 € (**Preu semestre:** 106 € a pagar a partir de 2026)
- **Material:** roba i calçat esportiu, màrrega tipus ioga, tovallola i aigua

ENTRENAMENT DE FORÇA

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Dimecres, de 19.00 a 20.00 h

Del 22 d'octubre al 17 de desembre i del 21 de gener al 17 de juny

- **Preu trimestre:** 41 € (**Preu semestre:** 89 € a pagar a partir de 2026)
- **Material:** roba i sabates esportives, màrrega, banda elàstica i aigua

LINDY HOP & SWING*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dijous, de 20.15 a 21.15 h

Del 23 d'octubre al 18 de desembre i del 22 de gener al 28 de maig

- **Preu trimestre:** 41 € (**Preu semestre:** 76 € a pagar a partir de 2026)
- **Material:** roba i calçat apte per ballar i aigua

MEDITACIÓ

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Dijous, de 17.40 a 18.40 h

5, 12, 19 i 26 de març

- **Preu:** 21 €
- **Material:** roba còmoda, màrrega i coixí per asseure's

TONIFICACIÓ I DEFENSA PERSONAL*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Divendres, de 18.30 a 19.30 h

Del 24 d'octubre al 19 de desembre i els següents dies del semestre: 30 de gener, 6 i 27 de febrer, 6 i 27 de març, 10 i 24 d'abril, 8 i 29 de maig, 12 i 19 de juny

- **Preu trimestre:** 41 € (**Preu semestre:** 47 € a pagar a partir de 2026)
- **Material:** roba i calçat esportiu, màrrega tipus ioga, tovallola i aigua

PILATES: CUIDA'T L'ESQUENA

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Divendres, de 9.30 a 10.30 h

Del 24 d'octubre al 19 de desembre i del 23 de gener al 31 de juliol

- **Preu trimestre:** 41 € (**Preu semestre:** 111 € a pagar a partir de 2026)
- **Material:** roba còmoda, màrrega i mitjons antilliscants

ESCANEJA EL CODI QR
PER A MÉS INFORMACIÓ!





ARTS PLÀSTIQUES

ESCANEA EL CODI QR



PER A MÉS INFORMACIÓ!



DE PAPER I CARTRÓ: TALLER DE CREACIÓ

📍 AULA-TALLER CAPUTXINS

Dilluns, de 18.00 a 20.00 h

Del 20 d'octubre al 15 de desembre i del 19 de gener al 15 de juny

- **Preu trimestre:** 68 € (**Preu semestre:** 170 € a pagar a partir de 2026)
- **Material:** a càrrec dels participants segons el projecte a fer i la tècnica

ELABORA ELS TEUS AMBIENTADORS NATURALS*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dimarts, de 19.00 a 20.30 h

2 i 9 de juny

- **Preu:** 16 €
- **Material:** a càrrec dels participants

APRÈN A FER EL TEU PROPÍ CABÀS DE VÍMET*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dimarts, de 19.00 a 20.30 h

12, 19 i 26 de maig

- **Preu:** 24 €
- **Material:** a càrrec dels participants

INICIACIÓ A L'URBAN SKETCHING

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Dimarts, de 19.30 a 21.00 h

5, 12, 19 i 26 de maig

- **Preu:** 32 €
- **Material:** a càrrec dels participants

TALLER DE CERÀMICA

📍 AULA-TALLER CAPUTXINS

GRUP 1: Dimecres, de 19.00 a 21.00 h

Del 22 d'octubre al 17 de desembre i del 21 de gener al 17 de juny

- **Preu trimestre:** 76 € (**Preu semestre:** 179 € a pagar a partir de 2026)

GRUP 2: Divendres, de 19.00 a 21.00 h

Del 24 d'octubre al 19 de desembre i del 23 de gener al 19 de juny

- **Preu trimestre:** 76 € (**Preu semestre:** 170 € a pagar a partir de 2026)

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

PINTEM I DECOREM SOBRE VIDRE*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dijous, de 19.00 a 20.30 h

4, 11 i 18 de desembre

- **Preu:** 24 €
- **Material:** a càrrec dels participants

ELABORA LES TEVES PRÒPIES ESPELMES REPEL·LENTS DE MOSQUIT I BÀLSAMS PER LES PICADES*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dijous, de 19.15 a 20.30 h

21 i 28 de maig

- **Preu:** 14 €
- **Material:** a càrrec dels participants

TALLER DE PINTURA

📍 AULA-TALLER CAPUTXINS

Dijous, de 19.00 a 21.00 h

Del 23 d'octubre al 18 de desembre i del 22 de gener al 18 de juny

• **Preu trimestre:** 76 € (**Preu semestre:** 179 € a pagar a partir de 2026)

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

ESPAI DE DIBUIX I PINTURA*

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

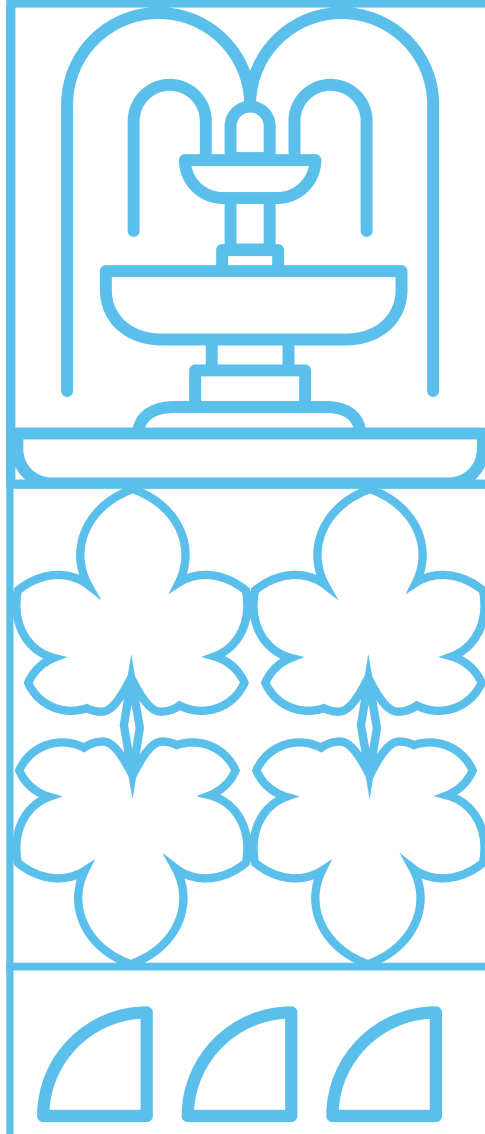
Divendres, d'11.30 a 13.00 h

Del 24 d'octubre al 19 de desembre i del 23 de gener al 31 de juliol

• **Preu trimestre:** 58 € (**Preu semestre:** 166 € a pagar a partir de 2026)

• **Material:** llapis 2B, (4B, 6B, 8B opcional), goma blanca, maquineta, difuminador (opcional), bloc de paper de 200g A3 o A4, drap, pinzells de diverses mides, paleta. Pintura acrílica, aquarel·les i pintura a l'oli

ESCANEJA EL CODI QR
PER A MÉS INFORMACIÓ!





IDIOMES I LLETRES



ESCANEJA EL CODI QR
PER A MÉS INFORMACIÓ!



FRANCÈS INICIAL PER A VIATGERS*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dilluns, de 19.45 a 21.00 h

Del 20 d'octubre al 15 de desembre i del 19 de gener al 1 d' juny

- **Preu trimestre:** 42 € (**Preu semestre:** 96 € a pagar a partir de 2026)
- **Material:** estoig amb estris bàsics i llibreta

ANGLÈS INICIAL*

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Dilluns, de 19.00 a 20.15 h

Del 20 d'octubre al 15 de desembre i del 19 de gener al 15 de juny

- **Preu trimestre:** 42 € (**Preu semestre:** 106 € a pagar a partir de 2026)
- **Material:** llibreta i bolígraf

TALLER D'ESCRITURA AMB M.MERCÈ CUARTIELLA

📍 AAVV ENRIC MORERA

Dilluns, de 19.00 a 21.00 h

TALLER DE TARDOR: 20 d'octubre, 3 de novembre i 1 de desembre

- **Preu:** 41 €

TALLER PRIMAVERA: 16 de febrer, 16 de març, 20 d'abril i 18 de maig

- **Preu:** 51 €
- **Material:** llibreta i bolígraf

TALLER D'ESCRITURA

📍 ESPAI CÍVIC TEATRE BON PASTOR

Dimarts, de 19.00 a 20.45 h

Del 21 d'octubre al 16 de desembre i del 20 de gener al 16 de juny

- **Preu trimestre:** 32 € (**Preu semestre:** 78 € a pagar a partir de 2026)
- **Material:** llibreta i bolígraf

ALFABETITZACIÓ EN CATALÀ*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

GRUP 1: dilluns i dimecres, de 11.00 a 12.30 h

GRUP 2: dilluns i dimecres, de 18.00 a 19.30 h

GRUP 3: dilluns i dimecres, de 19.30 a 21.00 h



ÒMNium
LLENGUA CULTURA PAÍS

Del 6 d'octubre a maig

- **Preu:** 10 € a pagar directe a l'entitat
- **Matrícules:** dimecres 24 de setembre de 16 a 19 h al Centre Cívic Joaquim Xirau
- **Organitzen:** Òmnium Cultural i Servei d'Acció Cívica de l'Aj. de Figueres

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

FRANCÈS INICIAL*

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Dimarts, de 19.00 a 20.15 h

Del 21 d'octubre al 16 de desembre i del 20 de gener al 9 de juny

- **Preu trimestre:** 48 € (**Preu semestre:** 106 € a pagar a partir de 2026)
- **Material:** llibreta i bolígraf

ANGLÈS INICIAL PER A VIATGERS*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dijous, de 19.15 a 20.30 h

Del 23 d'octubre al 18 de desembre i del 22 de gener al 28 de maig

- **Preu trimestre:** 47 € (**Preu semestre:** 96 € a pagar a partir de 2026)
- **Material:** estoig amb estris bàsics i llibreta



ARTS ESCÈNIQUES I MUSICALS



ESCANEA EL CODI QR
PER A MÉS INFORMACIÓ!



APRÈN A TOCAR LA GUITARRA*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dilluns, de 19.45 a 21.00 h

Del 20 d'octubre al 15 de desembre i del 19 de gener a l'1 de juny

• **Preu trimestre:** 42 € (**Preu semestre:** 96 € a pagar a partir de 2026)

• **Material:** guitarra, bolígraf i llibreta

TALLER DE TEATRE

📍 ESPAI CÍVIC TEATRE BON PASTOR

Dimecres, de 19.00 a 20.30 h

Del 22 d'octubre al 17 de desembre i del 21 de gener al 17 de juny

• **Preu trimestre:** 29 € (**Preu semestre:** 67 € a pagar a partir de 2026)

APRÈN A PARLAR EN PÚBLIC

📍 ESPAI CÍVIC TEATRE BON PASTOR

GRUP 1: Dijous, de 19.00 a 20.45

23 i 30 d'octubre i 6 de novembre

• **Preu:** 14 €

GRUP 2: Dijous, de 19.00 a 20.45

22 i 29 de gener i 5 de febrer

• **Preu:** 14 €

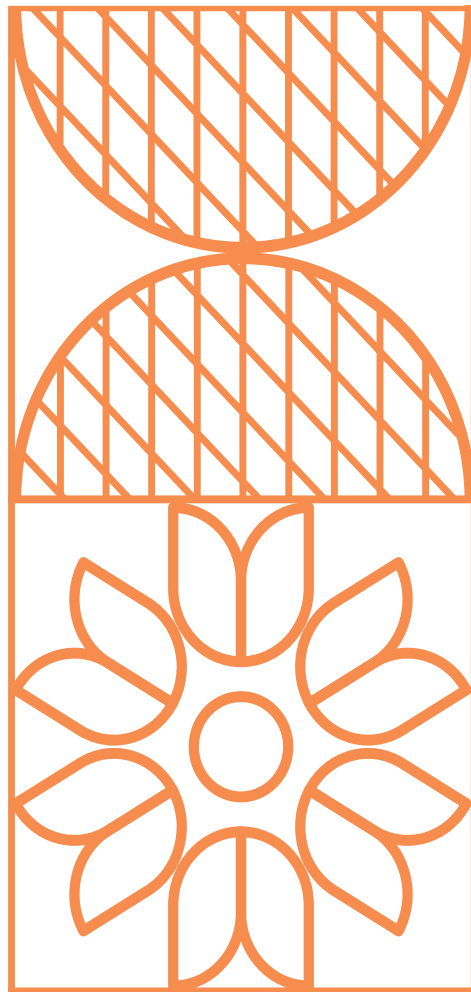
PERDRE LA POR A L'ESCENARI

📍 ESPAI CÍVIC TEATRE BON PASTOR

Dijous, de 18.30 a 20.30

5 i 12 de març

• **Preu:** 10 €





HABILITATS I RECURSOS



ESCANEJA EL CODI QR
PER A MÉS INFORMACIÓ!



CREA LA TEVA DECORACIÓ FLORAL NADALENCA*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dimarts, de 19.00 a 20.30 h

2, 9 i 16 de desembre

• **Preu trimestre:** 24 €

• **Material:** a càrrec dels participants

COSMÈTICA NATURAL FACIAL I CURA DEL CUIR CABELLUT*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dimarts, de 19.00 a 20.30 h

3, 10, 17 i 24 de març

• **Preu:** 32 €

• **Material:** a càrrec dels participants

TALLER DE PENTINATS I MAQUILLATGE*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dimarts, de 19.00 a 20.30 h

7, 14, 21 i 28 d'abril

• **Preu:** 32 €

• **Material:** a càrrec dels participants

EDUCACIÓ CANINA URBANA

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

GRUP 1: Dimecres, de 15.30 a 17.00 h

Del 22 d'octubre al 10 de desembre

GRUP 2: Dimecres, de 17.30 a 19.00 h

Del 8 d'abril al 27 de maig

• **Preu:** 51 € * 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

• **Material:** llibreta i bolígraf

CREA UN FONS D'ARMARI AL TEU GUST

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Dimecres, de 19.00 a 20.15 h

8, 15, 22 i 29 d'abril

• **Preu:** 26 €

• **Material:** llibreta i bolígraf

TALLER D'AUTOMAQUILLATGE

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Dimecres, de 19.00 a 20.30 h

13, 20 i 27 de maig

• **Preu:** 24 €

• **Material:** pinzells i brotxes, màscara de pestanyes, llapis i ombra/es d'ulls, base de maquillatge, coloret, tovalloletes netejadores i allò que s'utilitzi habitualment

CONEIX LES FUNCIONS DE LA TEVA CÀMERA REFLEX DIGITAL

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Dijous, de 19.00 a 20.15 h

6, 13, 20 i 27 de novembre

• **Preu:** 26 €

• **Material:** càmera reflex digital, llibreta i bolígraf

ART FLORAL PER NADAL

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Dijous, de 19.00 a 20.30 h

4, 11 i 18 de desembre

- **Preu:** 24 €
- **Material:** a càrrec dels participants

INICIACIÓ A LA MÀQUINA DE COSIR

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Dijous, de 19.30 a 20.45 h

Del 19 de febrer al 30 d'abril

- **Preu:** 53 €
- **Material:** màquina de cosir, tisores de roba, fils de cosir a màquina i robes

CREA EL TEU NECESSER DE VIATGE

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Dijous, de 19.30 a 20.45 h

7, 14, 21 i 28 de maig

- **Preu:** 26 €
- **Material:** a càrrec dels participants

PLANTES REMEIERES DE PRIMAVERA

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Dijous, de 19.00 a 21.00 h

4 i 11 de juny

- **Preu:** 21 €
- **Material:** a càrrec dels participants

TÈCNIQUES DE RELAXACIÓ*

📍 CENTRE CÍVIC CREU JOAQUIM XIRAU

Dimarts i dijous, de 17.30 a 18.45 h

Del 2 d'octubre al 25 de novembre

- Activitat gratuïta, 100% subvencionada pel Consorci per a la Formació contínua de la Generalitat de Catalunya
- **Matrícules:** <https://www.idfo.com/curso/tecnicas-de-relaxacio/8246>

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

TÈCNIQUES D'EMBOLICAR REGALS, PAQUETS I PRODUCTES COMERCIALS*

📍 CENTRE CÍVIC CREU JOAQUIM XIRAU

Dimecres, de 18.30 a 20.30 h

Del 8 al 29 d'octubre

- Activitat gratuïta, 100% subvencionada pel Consorci per a la Formació contínua de la Generalitat de Catalunya
- **Matrícules:** <https://www.idfo.com/curso/tecnicas-d-embolicar-regals/8244>

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



AULA GASTRONÒMICA



ESCANEA EL CODI QR
PER A MÉS INFORMACIÓ!



TALLER DE CUINA DE TARDOR*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dilluns, de 10.15 a 12.15 h

13, 20 i 27 d'octubre

- Activitat gratuïta
- **Material:** platet i coberts, llibreta i bolígraf

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

ANEM DE TAPES? TALLER DE TAPES I BROQUETES CREATIVES*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dimarts, de 19.00 a 20.30 h

21 i 28 d'octubre i 4 de novembre

- **Preu:** 34 € amb material inclòs
- **Material:** platet i coberts, llibreta i bolígraf

CUINA VEGANA DE TARDOR I HIVERN*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dijous, de 19.00 a 20.30

6 i 13 de novembre

- **Preu:** 23 € amb material inclòs
- **Material:** platet i coberts, llibreta i bolígraf

REDUÏM SUCRES

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE MÀ

Dimecres, de 19.15 a 20.30 h

22, 29 d'octubre i 5, 12 de novembre

- **Preu:** 26 €
- **Material:** llibreta i bolígraf

PASTISSERIA ESPECIAL NADAL*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dilluns, de 19.00 a 20.30 h

10, 17 i 24 de novembre

- **Preu:** 34 € amb material inclòs
- **Material:** platet i coberts, llibreta i bolígraf

PLATS DE CULLERA DE LA GASTRONOMIA CATALANA*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dimarts, de 19.00 a 21.00 h

11 i 18 de novembre

- **Preu:** 30 € amb material inclòs
- **Material:** platet i coberts, llibreta i bolígraf

SEGONS PLATS DE NADAL AMB ESTRELLA*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dimecres, de 19.30 a 21.00 h

5, 12, 19 i 26 de novembre

- **Preu:** 46 € amb material inclòs
- **Material:** platet i coberts, llibreta i bolígraf

TALLER DE FORMACIÓ EN MANIPULADOR/A D'ALIMENTS*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

GRUP 1: Dijous, de 17.00 a 19.00 h

20 i 27 de novembre i 4 de desembre

GRUP 2: Dijous, de 17.00 a 19.00 h

16, 23 i 30 d'abril

- **Preu:** 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

ALIMENTACIÓ SALUDABLE

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE MÀ

Dimecres, de 19.00 a 20.15 h

19, 26 de novembre i 3, 10 de desembre

- **Preu:** 26 €
- **Material:** llibreta i bolígraf

SHOWCOOKING NADALENC: POLLASTRE FARCIT DE NADAL*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dilluns, 15 de desembre a les 19.00 h

- Activitat gratuïta adreçada a públic a partir de 14 anys
- **Material:** platet i coberts, llibreta i bolígraf

Vols recuperar els sabors autèntics de les festes d'abans? T'agradaria sorprendre la família aquest Nadal amb un plat que fa festa només d'olorar-lo? T'hem preparat una classe gratuïta i molt especial on t'ensenyarem a cuinar el clàssic i estimat pollastre farcit de Nadal, tal com es fa a moltes llars catalanes des de fa generacions.



APERITIUS PER CAP D'ANY*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dimecres, de 19.00 a 21.00 h

3 i 10 de desembre

- **Preu:** 30 € amb material inclòs
- **Material:** platet i coberts, llibreta i bolígraf

AQUEST NADAL, FES LES TEVES PRÒPIES CREMES DE LICOR

📍 ESPAI CÍVIC TEATRE BON PASTOR

Dijous, de 18.30 a 20.30 h

11 de desembre

- **Preu:** 7 €
- **Material:** vaset i cullereta, llibreta i bolígraf

PASTA FRESCA I LES SEVES SALSES*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dilluns, de 19.30 a 21.00 h

9, 16 i 23 de febrer

- **Preu:** 34 € amb material inclòs
- **Material:** platet i coberts, llibreta i bolígraf

“CEVICHES” I “TIRADITOS”*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dimarts, de 19.30 a 21.00 h

3, 10 i 17 de febrer

- **Preu:** 34 € amb material inclòs
- **Material:** platet i coberts, llibreta i bolígraf

CUINA JAPONESA I SUSHI*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dilluns, de 19.30 a 21.00 h

9, 16 i 23 de març

- **Preu:** 34 € amb material inclòs
- **Material:** platet i coberts, llibreta i bolígraf

DESCOBREIX L'ART DE L'ARRÒS*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

GRUP 1: Dimecres, de 19.00 a 20.30 h

11, 18 i 25 de març

GRUP 2: Dimecres, de 19.00 a 20.30 h

8, 15 i 22 d'abril

- **Preu:** 34 € amb material inclòs
- **Material:** platet i coberts, llibreta i bolígraf

ALIMENTACIÓ I ESPORT

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE MÀ

Dimecres, de 19.00 a 20.15 h

4, 11, 18 i 25 de març

- **Preu:** 26 €
- **Material:** llibreta i bolígraf

ESCABETXOS I MARINATS*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dijous, de 19.30 a 21.00 h

16, 23 i 30 d'abril

- **Preu:** 34 € amb material inclòs
- **Material:** platet i coberts, llibreta i bolígraf

CUINA VEGANA DE PRIMAVERA I ESTIU*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dilluns, de 19.30 a 21.00 h

11, 18 i 25 de maig

- **Preu:** 34 € amb material inclòs
- **Material:** platet i coberts, llibreta i bolígraf

CUINA MARINERA: FIDEUADA, SARSUELA I SUQUET DE PEIX*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dimecres, de 19.30 a 21.00 h

6, 13 i 20 de maig

- **Preu:** 34 € amb material inclòs
- **Material:** platet i coberts, llibreta i bolígraf

GRANISSATS, SORBETS I GELATS*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dijous, de 19.00 a 21.00 h

7 i 14 de maig

- **Preu:** 30 € amb material inclòs
- **Material:** platet i coberts, llibreta i bolígraf

COQUES DE SANT JOAN I ALTRES POSTRES D'ESTIU*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dimecres, de 19.30 a 21.00 h

3, 10 i 17 de juny

- **Preu:** 34 € amb material inclòs
- **Material:** platet i coberts, llibreta i bolígraf

SHOWCOOKING: ENAMORA'T DELS CHEESECAKES!*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dilluns, 8 de juny a les 19.00 h

- **Preu:** Activitat gratuïta adreçada a públic a partir de 14 anys
- **Material:** platet i coberts, llibreta i bolígraf

T'agrada el cheesecake? Imagina aprendre diferents versions espectaculars en directe! Vine al nostre showcooking únic i descobreix tots els secrets per preparar cheesecakes irresistibles: de xocolata, de festucs, el clàssic tradicional o la famosa de la Vinya, amb aquell toc fumat i cremós que enamora! Et mostrarem pas a pas com aconseguir la textura perfecta, els sabors equilibrats i les millors tècniques perquè puguis fer-los a casa com un/a professional.



ELABORA LA TEVA PRÒPIA RATAFIA

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dijous, 11 de juny de 18.00 a 20.00 h (en exterior, lloc a confirmar, l'alumne ha de poder desplaçar-se on es recolliran les herbes)
i 18 de juny de 18.00 a 19.00 h (al centre cívic)

- **Preu:** 23 €
- **Material:** a càrrec dels participants



ESCANEA EL CODI QR
PER A MÉS INFORMACIÓ!





INFANTIL I JUVENIL



ESCANEA EL CODI QR
PER A MÉS INFORMACIÓ!



ESPAIS FAMILIARS PER A LA PETITA INFÀNCIA

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU I CREU DE LA MÀ

Centre Cívic Joaquim Xirau

Dilluns i dimarts de 9.30 a 11.30h

Del 15 de setembre al 16 de desembre

Centre Cívic Creu de la Mà

Divendres de 15.00 a 16.30 h

Del 19 de setembre al 12 de desembre

• 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

Organitzen: Servei d'Educació i Servei d'Acció Cívica de l'Aj. 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

CINNAMON ROLLS I POSTRES TOP!

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dilluns, de 17.30 a 19.00 h

8 i 15 de juny

• **Preu:** 10 € - Adreçada a joves de 12 a 16 anys

• **Material:** davantal, carmanyola, llibreta i bolígraf

ANGLÈS PER A PRIMÀRIA

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Dilluns, de 17.30 a 18.30 h

Del 20 d'octubre al 15 de desembre i del 26 de gener al 25 de maig

• **Preu trimestre:** 21 € (**Preu semestre:** 40 € a pagar a partir de 2026)

Adreçada a infants de 6 a 11 anys

• **Material:** llibreta i estoig amb estris bàsics

ESPAIS DE SUPORT EDUCATIU

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU I CREU DE LA MÀ

Centre Cívic Joaquim Xirau

Dilluns i dimecres de 16.00 a 19.30 h i dijous, de 17.30 a 19.30 h

Del 22 d'octubre al 18 de desembre i del 12 de gener al 28 de maig

Centre Cívic Creu de la Mà

Dilluns i dimecres, de 16.45 a 19.30 h

Del 22 d'octubre al 17 de desembre i del 12 de gener al 27 de maig.

• Activitat gratuïta adreçada a alumnes de cicle mitjà i superior de Primària i a alumnes de Secundària

Organitzen:

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

Per a més informació:

www.figuera.cat/educacio - ensenyament@figueres.org

Tel. 972 03 23 33

ESPai LÚDIC XIRAU

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dimarts, de 17.30 a 18.45 h

Del 21 d'octubre al 16 de desembre i del 20 de gener al 28 d'abril

• Activitat gratuïta adreçada a joves de 12 a 16 anys

JOVES ALS FOGONS!

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dimarts, de 17.30 a 19 h

5, 12, 19 i 26 de maig

- **Preu:** 20 € - Adreçada a joves de 12 a 16 anys
- **Material:** davantal, carmanyola, llibreta i bolígraf

ROBÒTICA EDUCATIVA

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Dimarts, de 17.30 a 18.45 h

Del 21 d'octubre al 16 de desembre i del 3 de febrer al 26 de maig

- **Preu trimestre:** 39 € (material inclòs). (**Preu semestre:** 66 € amb material inclòs a pagar a partir de 2026)
- Adreçada a infants de 6 a 12 anys

VIVIM ELS CONTES: AMBIENT LECTOR

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dimecres, de 15.30 a 16.30 h

Del 8 d'octubre al 17 de desembre i del 21 de gener al 29 d'abril

- Activitat gratuïta adreçada a infants d'1 a 3 anys acompanyats d'un adult

Organitzen: CFGS Educació Infantil de l'INS Ramon Muntaner i Servei d'Acció Cívica de l'Ajuntament de Figueres

TALLER DE CUINA: MENYS SUCRE, MÉS SALUT!

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dimecres 29 d'octubre, de 17.30 a 19.30 h

- Activitat gratuïta adreçada a infants que estiguin cursant 4t, 5è i 6è de Primària
 - **Material:** davantal, carmanyola, llibreta i bolígraf.
- Organitzen:** Centre de Distribució d'Aliments, Càritas Alt Empordà i Servei d'Acció Cívica de l'Ajuntament de Figueres

LLETRA MENUDA: TALLER D'ESCRITURA CREATIVA

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Marta Masó, de L'hivernacle, espai d'escriptura regenerativa.

Dimecres, de 17.30 a 19.00 h

1, 8 d'octubre i 5 de novembre

- Activitat gratuïta adreçada a infants que estiguin cursant 5è i 6è de Primària
- **Material:** llibreta, llapis i colors

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

PRIMARY ENGLISH: REFORCEM L'ANGLÈS A PRIMÀRIA

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dijous, de 17.30 a 18.30 h

Del 23 d'octubre al 18 de desembre i del 22 de gener a l'11 de juny

- **Preu trimestre:** 25 € (**Preu semestre:** 51 € a pagar a partir de 2026)
- Adreçada a infants d'entre 8 i 11 anys o que cursin 4t, 5è o 6è de Primària.
- **Material:** estoig amb estris bàsics i llibreta

TALLER DE DIBUIX I PINTURA

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Dijous, de 17.30 a 18.45 h

Del 23 d'octubre al 18 de desembre i del 5 de febrer al 28 de maig.

• **Preu trimestre:** 29 € (**Preu semestre:** 51 € a pagar a partir de 2026).

Adreçada a infants de 6 a 12 anys

• **Material:** llapis, goma, maquineta, bloc DIN A-3 paper gruixut (Canson o similar), drap, bata, pintura acrílica (negre, blanc, cian, magenta i groc), 3 pinzells (prim, mitjà i gran) retoladors, colors, cola de barra, tisores i paleta

CLUB DE LECTURA INFANTIL

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU I CREU DE LA MÀ

Dolors Cabrera

Centre Cívic Joaquim Xirau

Divendres, de 17.30 a 18.30 h

10 d'octubre, 21 de novembre i 5 de desembre, 30 de gener, 27 de febrer, 27 de març, 24 d'abril i 29 de maig

Centre Cívic Creu de la Mà

Dimecres, de 17.30 a 18.30 h

22 d'octubre, 19 de novembre, 17 de desembre, 28 de gener, 25 de febrer, 25 de març, 29 d'abril i 27 de maig

• Activitat gratuïta adreçada a infants que cursin 4t, 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'Aj. de Figueres



**ESCANEA EL CODI QR
PER A MÉS INFORMACIÓ!**



INFANTIL I JUVENIL



INFORMÀTICA I ARTS VISUALS



ESCANEJA EL CODI QR
PER A MÉS INFORMACIÓ!



FORMACIÓ ACTIC: NIVELL BÀSIC 1*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

GRUP A1: Dilluns, de 19 a 20.30 h

Del 20 d'octubre al 15 de desembre

• **Preu:** 51 €

GRUP A2: Dilluns, de 19.15 a 20.30 h

Del 19 de gener al 23 de març

• **Preu:** 53 €

GRUP A3: Dilluns, de 19.15 a 20.30h

Del 13 d'abril al 15 de juny

• **Preu:** 53 €

Formació preparatòria per a l'examen ACTIC de les competències del nivell Bàsic 1: C1, C2, C3, C4, C5 i C6

ACTIC: PREPARA LA PROVA DE NIVELL MITJÀ

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Dilluns, de 20.00 a 21.15 h

GRUP 1: Del 20 d'octubre al 15 de desembre

• **Preu:** 42 €

GRUP 2: Del 2 de febrer al 20 d'abril

• **Preu:** 53 €

• **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, C8

INICIA'T AMB LA INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL (IA)

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Dimarts, de 19.30 a 20.45 h

28 d'octubre, 4 i 11 de novembre

• **Preu:** 20 €

• **Material:** telèfon mòbil (sistema Android o iOS) llibreta i bolígraf

FORMACIÓ ACTIC: NIVELL MITJÀ 2*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

GRUP B1: Dimarts, de 19 a 20.30 h

Del 21 d'octubre al 9 de desembre

• **Preu:** 51 €

GRUP B2: Dimarts, de 19.15 a 20.30 h

Del 19 de gener al 24 de març

• **Preu:** 53 €

GRUP B3: Dimarts, de 19.15 a 20.30h

Del 7 d'abril al 9 de juny

• **Preu:** 53 €

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

CIBERSEGURETAT A LA XARXA

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Dimarts, de 19.30 a 20.45 h

25 de novembre, 2 i 9 de desembre

• **Preu:** 20 €

• **Material:** telèfon mòbil (sistema Android o iOS) llibreta i bolígraf

INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL PER AL DIA A DIA

📍 ESPAI CÍVIC TEATRE BON PASTOR

Dijous, de 18.30 a 20.30 h

12, 19 i 26 de febrer

• **Preu:** 16 €

• **Material:** mòbil smartphone i carregador, llibreta i bolígraf

AVANÇA AMB LA INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL (IA)

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Dimarts, de 19.30 a 20.45 h

7, 14 i 21 d'abril.

- **Preu:** 20 €
- **Material:** telèfon mòbil (sistema Android o iOS) llibreta i bolígraf

FORMACIÓ ACTIC: NIVELL AVANÇAT 3*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

GRUP C1: Dimecres, de 19.15 a 20.30 h

Del 8 d'abril al 10 de juny

Formació preparatòria avançada per a l'examen ACTIC de les competències: C4, C5 i C6

GRUP C2: Dijous, de 19.15 a 20.30 h

Del 9 d'abril a l'11 de juny

Formació preparatòria avançada per a l'examen ACTIC de les competències: C4, C7 i C8

- **Preu:** 53 €

INICIACIÓ AL FULL DE CàLCUL

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Dimecres, de 20.00 a 21.15 h

Del 4 de març al 29 d'abril

- **Preu:** 42 €
- **Material:** llibreta i bolígraf

GESTIÓ DEL NÚVOL

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Dimarts, de 19.30 a 20.45 h

3, 10 i 17 de març

- **Preu:** 20 €
- **Material:** telèfon mòbil (sistema Android o iOS) llibreta i bolígraf

EXÀMENS ACTIC: TOTS ELS NIVELLS*

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Cada divendres a les 9.30 h

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

Inscripcions: www.actic.cat

El Centre Cívic Joaquim Xirau ha esdevingut Centre Col·laborador del Programa ACTIC de la Generalitat de Catalunya. Sobra espai! L'ACTIC (Acreditació de Competències en Tecnologies de la Informació i la Comunicació) és un examen de nivell que permet l'obtenció d'una titulació oficial que acredita les competències TIC davant de qualsevol empresa o administració.

FOTOGRAFIA AMB MÒBIL*

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Dimecres, de 20.00 a 21.15 h

22, 29 d'octubre i 5, 12, 19 i 26 de novembre

- **Preu:** 40 €
- **Material:** telèfon mòbil (sistema Android o iOS) llibreta i bolígraf



+ 60 ANYS



**ESCANEA EL CODI QR
PER A MÉS INFORMACIÓ!**



TALLER DE MEMÒRIA I AGILITAT MENTAL

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dilluns, de 9.30 a 10.30 h

Del 20 d'octubre al 15 de desembre i del 19 de gener al 20 de juliol

• **Preu trimestre:** 21 € entre 60-64 anys (**Preu semestre:** 55 € a pagar a partir de 2026)

• **Preu trimestre:** 17 € majors de 65 anys (**Preu semestre:** 43 € a pagar a partir de 2026)

• **Material:** llibreta, bolígraf, llapis i goma d'esborrar

ITALIÀ INICIAL

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Dilluns, de 9.30 a 10.45 h

Del 20 d'octubre al 15 de desembre i del 19 de gener al 15 de juny

• **Preu trimestre:** 26 € entre 60-64 anys. (**Preu semestre:** 57 € a pagar a partir de 2026)

• **Preu trimestre:** 21 € majors de 65 anys. (**Preu semestre:** 44 € a pagar a partir de 2026)

• **Material:** llibreta i bolígraf

ATMANDANCE +60: BALLAR PER FER SALUT

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Dilluns i dimecres, de 17.00 a 18.00 h

Del 20 d'octubre al 17 de desembre i del 19 de gener al 22 de juliol

• **Preu trimestre:** 39 € entre 60-64 anys (**Preu semestre:** 113 € a pagar a partir de 2026)

• **Preu trimestre:** 30 € majors de 65 anys (**Preu semestre:** 88 € a pagar a partir de 2026)

• **Material:** aigua, roba còmoda, mitjons antilliscants, manta petita, màrrega tipus ioga i coixí

GIMNÀSTICA +60

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

GRUP A: dimarts i dijous, de 9.00 a 10.00 h

GRUP B: dimarts i dijous, de 10.05 a 11.05 h

Del 21 d'octubre al 18 de desembre i del 20 de gener al 21 de juliol

• **Preu trimestre:** 41 € entre 60-64 anys (**Preu semestre:** 115 € a pagar a partir de 2026)

• **Preu trimestre:** 32 € majors de 65 anys (**Preu semestre:** 90 € a pagar a partir de 2026)

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

GIMNÀSTICA SALUDABLE I PILATES

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

GRUP 1: Dimarts i dijous, de 9.00 a 10.00 h

Del 21 d'octubre al 18 de desembre i del 20 de gener al 30 de juliol

GRUP 2: Dimarts i dijous, de 10.10 a 11.10 h

Del 21 d'octubre al 18 de desembre i del 20 de gener al 30 de juliol

GRUP 3: Dimarts i dijous, d'11.20 a 12.20 h

Del 21 d'octubre al 18 de desembre i del 20 de gener al 30 de juliol

GRUP 4: Dimarts i dijous, de 16.20 a 17.20 h

Del 21 d'octubre al 18 de desembre i del 20 de gener al 30 de juliol

• **Preu trimestre:** 41 € entre 60-64 anys. (**Preu semestre:** 122 € a pagar a partir de 2026)

• **Preu trimestre:** 32 € majors de 65 anys. (**Preu semestre:** 95 € a pagar a partir de 2026)

• **Material:** roba còmoda, màrrega i sabates d'esport

FORMACIÓ + DIGITAL: ENS MOVEM PEL MÓN DIGITAL (NIVELL 2)

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ I JOAQUIM XIRAU

Centre Cívic Creu de la Mà

Dimarts i dijous, de 10.00 a 11.30 h

GRUP 1: De l'11 de novembre a l'11 de desembre

GRUP 2: Del 7 d'abril al 7 de maig

Centre Cívic Joaquim Xirau

Dilluns i dimecres, de 10.45 a 12.15 h

GRUP 1: Del 3 de novembre al 3 de desembre

GRUP 2: Del 23 de febrer al 25 de març

• Activitat gratuïta

• **Material:** telèfon mòbil (sistema Android o iOS), llibreta i bolígraf

Organitzen: Nascor Formació i Servei d'Acció Cívica de l'Aj. de Figueres

FORMACIÓ + DIGITAL: ENS ENDINSEM EN EL MÓN DIGITAL (NIVELL 3)

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ I JOAQUIM XIRAU

Centre Cívic Creu de la Mà

Dimarts i dijous, de 10.00 a 11.30 h

GRUP 1: Del 10 de febrer al 12 de març

GRUP 2: Del 12 de maig a l'11 de juny

Centre Cívic Joaquim Xirau

Dilluns i dimecres, de 10.45 a 12.15 h

GRUP 1: Del 19 de gener al 18 de febrer

GRUP 2: Del 8 d'abril al 4 de maig

• Activitat gratuïta

• **Material:** telèfon mòbil (sistema Android o iOS), llibreta i bolígraf

Organitzen: Nascor Formació i Servei d'Acció Cívica de l'Aj. de Figueres

TALLER DE PINTURA +60

📍 AULA-TALLER CAPUTXINS

Dimarts, de 10.30 a 12.30 h

Del 21 d'octubre al 19 de desembre i del 21 de gener al 31 de juliol

• **Preu trimestre:** 41 € entre 60-64 anys (**Preu semestre:** 97 € a pagar a partir de 2026)

• **Preu trimestre:** 32 € majors de 65 anys (**Preu semestre:** 75 € a pagar a partir de 2026)

• **Material:** a càrrec dels participants segons projecte a fer i tècnica a utilitzar

ACTIVA LA TEVA MEMÒRIA

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Dimecres i divendres, de 10.00 a 11.00 h

Del 22 d'octubre al 19 de desembre i del 21 de gener al 31 de juliol

• **Preu trimestre:** 41 € entre 60-64 anys. (**Preu semestre:** 120 € a pagar a partir de 2026)

• **Preu trimestre:** 32 € majors de 65 anys. (**Preu semestre:** 93 € a pagar a partir de 2026)

• **Material:** llibreta i bolígraf

GIMNÀSTICA SUAU I PILATES +60

📍 ESPAI CÍVIC TEATRE BON PASTOR

Dimecres, de 9.15 a 10.15 h

Del 22 d'octubre al 17 de desembre i del 21 de gener al 17 de juny

• **Preu trimestre:** 12 € entre 60-64 anys (**Preu semestre:** 24 € a pagar a partir de 2026)

• **Preu trimestre:** 10 € majors de 65 anys (**Preu semestre:** 18 € a pagar a partir de 2026)

• **Material:** roba còmoda, mitjons antilliscants, màrfega, tovallola i aigua

HATHA IOGA

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

GRUP 1: Dimecres, de 9.30 a 10.45 h

Del 22 d'octubre al 17 de desembre i del 21 de gener al 29 de juliol

GRUP 2: Dimecres, d'11.00 a 12.15 h

Del 22 d'octubre al 17 de desembre i del 21 de gener al 29 de juliol

- **Preu trimestre:** 29 € entre 60-64 anys. (**Preu semestre:** 75 € a pagar a partir de 2026)
- **Preu trimestre:** 23 € majors de 65 anys. (**Preu semestre:** 58 € a pagar a partir de 2026)
- **Material:** roba còmoda, màrfega, manta, bloc de ioga, cinturó de ioga i coixí (opcional)

ANGLÈS PER A MAJORS DE 60 ANYS

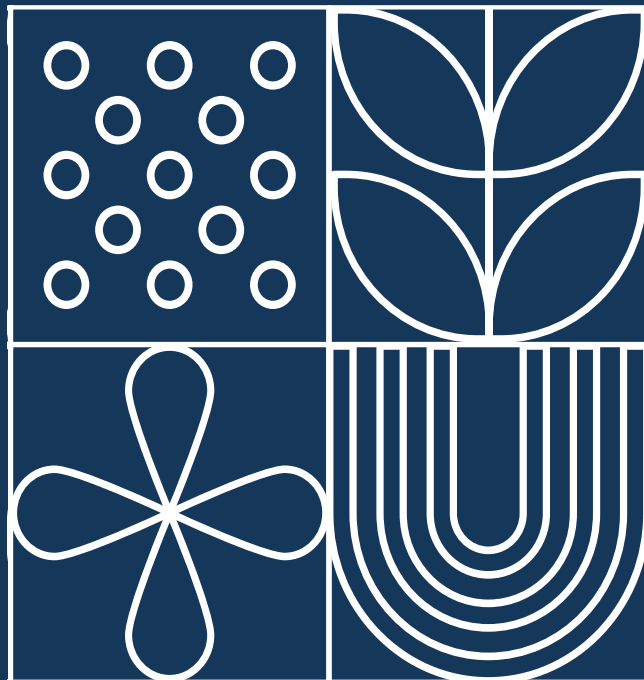
📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Divendres, de 9.30 a 10.30 h

Del 24 d'octubre al 19 de desembre i del 23 de gener al 12 de juny

Preu trimestre: 24 € entre 60-64 anys (**Preu semestre:** 43 € a pagar a partir de 2026)

- **Preu trimestre:** 19 € majors de 65 anys (**Preu semestre:** 34 € a pagar a partir de 2026)
- **Material:** estoig amb estris bàsics i llibreta



ESCANEA EL CODI QR
PER A MÉS INFORMACIÓ!





EXPOSICIONS



REALITAT INVISIBLE...

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU I CREU DE LA MÀ

Centre Cívic Joaquim Xirau

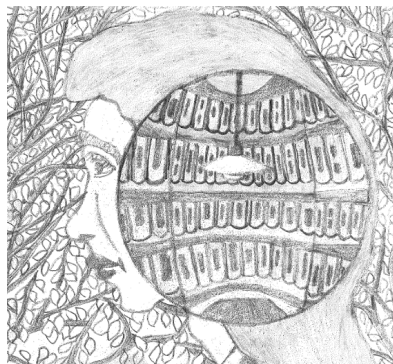
De l'1 al 10 de setembre

Centre Cívic Creu de la Mà

Del 19 de gener a l'11 de febrer

A càrrec del Programa Sense Llar de Càritas Figueres i Nicolae Popescu

A Figueres, com a altres ciutats del territori, hi ha moltes persones que, per motius diversos, no tenen accés a un habitatge en condicions dignes. Aquesta és una realitat que anirà a l'alça, si no es posen mesures que tornin a situar l'habitatge com a dret fonamental i no pas com a actiu financer. Tenir un habitatge és imprescindible per a viure. Amb aquesta exposició volem mostrar espais on algunes persones han hagut de sobreviure, per a ajudar-nos a mirar allò que sovint no volem veure, per a connectar amb persones i històries de vida, per a ser més empàtics i humans... Alhora, també volem mostrar l'art d'una d'aquestes persones, en Nico, el qual, un cop estable en un pis comparat, ha pogut fer aflorar el seu món interior i comunicar-nos-ho.



Càritas
Diocesana de Girona
Alt Empordà Interior

TRENCANT FRONTERES INTERNES

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Del 15 de setembre al 15 d'octubre

A càrrec de l'Institut de les Desigualtats i Garrigues Cooperació

"Crida a Braços!" Estiu rere estiu l'engranatge de la indústria fruitera reclama dones i homes que la facin possible. Elles i ells són la baula imprescindible perquè cada fruit sigui collit de l'arbre, classificat, encaixat i enviat a un mercat llunyà on serà consumit per persones alienes a les fatigues que suposa omplir el seu plat. Un gran esforç pagat amb magres salaris i sense tenir cura de les persones. L'Exposició recull els testimonis de 15 dones temporeres a Lleida per a visibilitzar les vulneracions i l'existència de fronteres internes relacionades directament amb el racisme i la islamofòbia dins el territori català. Les fotografies han estat realitzades per la fotoperiodista Mireia Comas.



**INSTITUT DE LES
DESIGUALTATS**



**Generalitat
de Catalunya**



**Agència Catalana
de Cooperació
al Desenvolupament**



DONES RURALS, DONES DE GIRONA

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU



Del 20 d'octubre al 14 de novembre
A càrrec de l'Institut Català de les Dones

L'exposició, associada al llibre 'Dones rurals, dones de Girona', té la voluntat de reconèixer les aportacions que fan les dones del món rural a la societat, així com reivindicar el seu paper a les diferents vegueries del nostre país.

S'ha construït gràcies a la col·laboració d'ajuntaments, consells comarcals, museus i entitats de dones, que han fet les seves propostes i han aportat documentació.

Les protagonistes d'aquest recull són 50 dones diverses que s'han acabat dedicant al sector primari o han treballat donant servei a zones rurals o desateses al llarg de la història, amb feines tan imprescindibles com la pagesia, la ramaderia o els rescats de muntanya.



Generalitat
de Catalunya
**Institut Català
de les Dones**

BARCELONA, UN PARC TEMÀTIC

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Del 12 de novembre al 15 de desembre
A càrrec de la Diputació de Girona per mitjà d'INSPAI, Centre de la Imatge

Barcelona és coneguda com la ciutat d'Espanya més concorreguda per turistes internacionals, i destaca per la seva ràtio excepcionalment elevada, de més de 5 turistes per habitant. Aquesta xifra, tot i ser un reflex de l'atractiu turístic que té aquesta ciutat, l'ha portat a enfrontar-se a reptes importants, especialment durant la temporada estival. Aquest reportatge és el projecte guanyador de la vint-i-dosena edició del Premi Joves Fotògraf(e)s de Catalunya, que convoca INSPAI, Centre de la Imatge de la Diputació de Girona. L'autor, Miquel Muñoz, vol posar en qüestió el model de turisme que ha adoptat la ciutat exposant aquelles escenes, situacions o actituds representatives del model de turisme que una bona part de la població barcelonina rebutja.



Diputació de Girona

DONES DE CIÈNCIA

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Del 2 al 27 de febrer a càrrec del Servei d'Igualtat i l'Àrea de Promoció Econòmica/Figueres Activa de l'Ajuntament de Figueres en col·laboració amb l'Institut Català de les Dones

L'exposició "Dones de Ciència" commemora l'11F, Dia Internacional de la Dona i la Nena en la Ciència, posant en valor el paper de 12 científiques que van trencar barreres. Una mostra visual que inspira vocacions i reivindica la igualtat en l'àmbit científic.



Ajuntament de
Figueres

Figueres



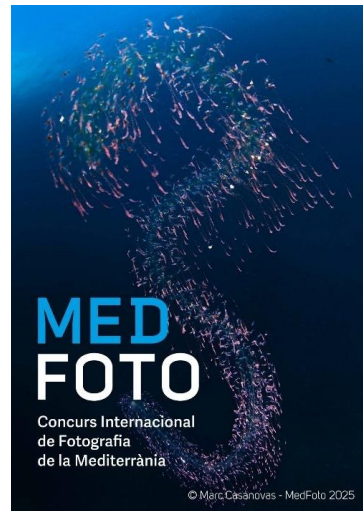
Activa

MEDFOTO 2025 - EL MAR I LES PERSONES

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Del 2 al 30 de març a càrrec d'Alive Fund

Descobreix les imatges finalistes i guanyadores de la 5a edició del Concurs Internacional de Fotografia de la Mediterrània MedFoto; imatges dedicades a tots els vessants del mar sota la temàtica "El mar i les persones". MedFoto va néixer per valorar la fràgil relació entre les persones i el mar i, alhora, conscienciar sobre els valors naturals del medi marí. A través d'un art com la fotografia, té la vocació d'animar tots aquells que es fan a la mar, sigui per feina o per plaer, a adoptar una actitud responsable.



RAHOLAFOTO2024

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

De l'1 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 setzena edició d'aquests guardons en la categoria que premia la millor fotografia de premsa. L'exposició i el catàleg presenten una selecció de vint-i-una imatges de tretze professionals del fotoperiodisme que, amb la seva mirada personal, aconseguirien fer reviure en imatges l'any 2024.

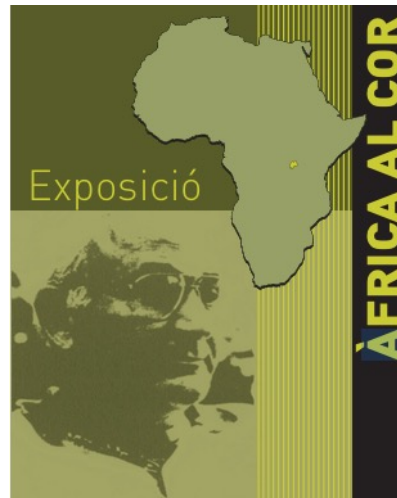


ÀFRICA AL COR. EL CONFLICTE RUANDÈS VIST PER QUIM VALLMAJÓ

📍 CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

Del 5 de maig al 5 de juny a càrrec de GEES ALT EMPORDÀ

L'exposició té la particularitat de mostrar el testimoniatge que ens va deixar Joaquim Vallmajó a partir de les seves cartes i les fotografies fetes sobre el terreny. És una mirada des de l'interior de l'hecatombe en què es va sumir la Ruanda d'aquells anys, amb la voluntat de fer visible el sofriment dels més febles. Alhora, l'exposició també proporciona una explicació general sobre els antecedents del conflicte ruandès i la seva connexió amb la influència d'interessos econòmics i geopolítics inconfessables entre les elits governamentals africanes, les potències del Primer Món i les companyies transnacionals.



VIBRACIONS DE VIDA

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

A càrrec de Carme Batlle
Del 30 de setembre al 23 d'octubre

La naturalesa i la figura humana són elements complementaris, els dos plens de llum i de vida. Aquests quadres són un testimoni de la seva evolució i la visió de l'artista al món, convidant a poder apreciar la bellesa del quotidià de tot allò que ens envolta.

Tècnica: pintura a l'oli.



NOUINGUTS, BENVINGUTS!

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

A càrrec de Carlos Acedo
Del 28 d'octubre al 20 de novembre

Nouvinguts, Benvinguts! és una exposició artística creada per Carlos Acedo, voluntari de Creu Roja, que dona visibilitat a l'experiència de persones que han hagut de migrar forçadament a causa de conflictes bèl·lics, persecucions o situacions de pobresa extrema. A través d'un conjunt d'imatges simbòliques es transmeten emocions com la por, la pèrdua, l'esperança i la recerca d'una nova vida amb dignitat. L'exposició convida a connectar amb les vivències personals de persones sol·licitants de protecció internacional.

Presentació:
 31 d'octubre a les 18.00 h.
Tècnica: fotomuntatge.

 **Creu Roja**



RACONS DE CASA NOSTRA

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

A càrrec de Toni Moratalla

Del 25 de novembre al 18 de desembre

Passejant de la mà d'en Toni Moratalla ens endinsem per bonics racons que ens ofereix el nostre territori, on a través de la seva sensible i pacient mirada conjuntament amb una acurada tècnica ens mostra una visió realista de l'entorn que ens envolta.

Tècnica: pintura a l'oli.



INQUIETUDS D'UN JUBILAT

📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

A càrrec de Josep Manzanera

Del 23 de febrer al 25 de març

Exposició d'un jubilat inquiet que de ben petit sempre li ha agradat el dibuix i la pintura, i que d'una manera completament "autodidacta" ha volgut reflectir els colors que podem gaudir al nostre estimat Empordà, tant amb els seus paisatges, com amb les marines i les seves barques.

Tècnica: acrílic i aquarel·la.



IL·LUSTRACIÓ FRANCO-BELGA

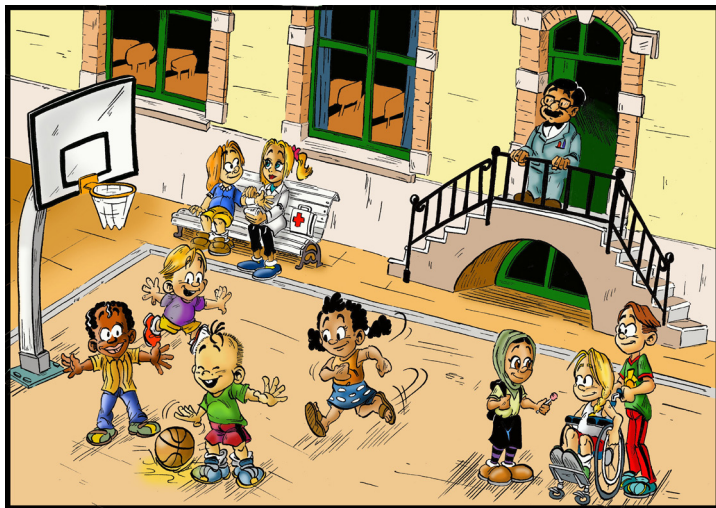
📍 CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

A càrrec de Pol Gañil

Del 9 d'abril al 13 de maig

Un recull de les il·lustracions encarregades per l'Associació Catalana d'Infermeria Escolar (ACISE). Aquestes obres beuen clarament de l'estil de còmic franco-belga. Aquests es realitzen inicialment a partir de llapis i tinta xina i posteriorment s'acolorixen a partir de programes informàtics. Com a "il·lustració" entenem aquelles imatges que ens comuniquen una idea sense la necessitat d'estar recolzades per un text explicatiu.

Tècnica: llapis, tinta xina i color digital.



XIX 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 21 al 28 de maig

GRUP ADULTS: del 10 al 30 de juny



XERRADA TALLER

“PARLEM DE LA VIDA ... I TAMBÉ DEL FINAL DE LA VIDA”

A CÀRREC DE L'ASSOCIACIÓ DRET A MORIR DIGNAMENT, JOSEP LLUÍS TEJEDA I CRISTINA VALLÈS

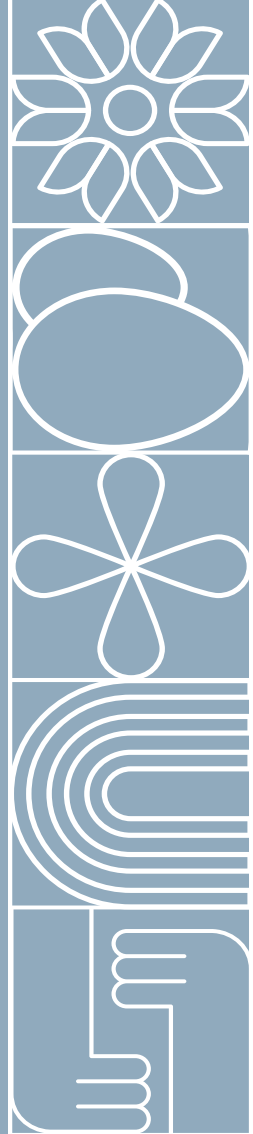
El taller ens permetrà reflexionar sobre els valors que guien la nostra vida. Ens ajudarà a iniciar una conversa sobre un tema difícil, el final de vida però que cal pensar-hi, si no, altres hauran de decidir per nosaltres i no sempre es fàcil decidir per un altre. És per això que pensar en el final de vida, de manera anticipada, és un regal per un mateix, per la família i per l'equip sanitari que ens haurà de tractar. El taller ens aproxima de manera amable, a diferents aspectes del final de vida referits a la pròpia autonomia, la relació amb la família, amb els professionals de la salut, aspectes emocionals, de caràcter o costums. Saber-ho ens farà més lliures i ens permetrà gaudir més de la vida. En el taller aprendrem quins són els nostres drets en salut, jugarem a cartes per descobrir quines són les nostres prioritats en final de vida i coneixerem i farem el propi Document de Voluntats Anticipades.



Activitat gratuïta adreçada a públic a partir de 18 anys.
Cal matrícula prèvia.

Centre Cívic Joaquim Xirau
Dimarts, 28 d'octubre de les 18 a les 20 h

Centre Cívic Creu de la Mà
Divendres, 13 de febrer de les 18 a les 20 h





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

Servei gratuït de suport per a l'emissió i impressió de certificats d'empadronament, de convivència i de certificats històrics d'empadronament. Avís: 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

PROGRAMES SOCIALS I SUPORT A ENTITATS

CONSULTORI MÈDIC MARCA DE L'HAM

CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU



Generalitat
de Catalunya

Salut/  Institut Català de la Salut
Atenció Primària

**Dilluns, dimarts, dijous i divendres de 8.10 a 14 h
i dimecres de 13 a 20 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

ATENCIÓ A LA SALUT SEXUAL I REPRODUCTIVA

CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU



Fundació
Salut Empordà

Dimecres de 9 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

ASSOCIACIÓ FAMÍLIA I SALUT MENTAL DE GIRONA I COMARQUES

CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU



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

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
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

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 d'11 a 13 h: 27 de novembre i 17 de març
Escola de Famílies de 18 a 20 h: 25 de setembre, 23 d'octubre, 18
de desembre, 29 de gener, 26 de febrer, 16 d'abril, 21 de maig i 18
de juny

Per a més informació:

info@teaaltmeporda.org - <http://teaaltmeporda.org>

Organitzen:

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

PROGRAMES SOCIALS I SUPORT A ENTITATS

ASSOCIACIÓ FAMÍLIA I SALUT MENTAL
TALLERS I ACTIVITATS. GRUP D'AJUDA MÚTUA (GAM)
CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ



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

Per a més informació:
972 200 463 – 629 333 774
<https://www.familiaisalutmental.cat>
info@familiaisalutmental.cat

Organitzen:
Associació Família i Salut Mental 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:
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

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 dóna 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

ASSOCIACIÓ HILANDO AMISTADES
CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

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

PER A MÉS INFORMACIÓ:

CENTRE CÍVIC JOAQUIM XIRAU

C/ de Vilatenim, 45 de Figueres

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

Google Maps: 7X9J+R2 Figueres

Web: www.figueres.cat/temes/accio-civica/centrescivicsmunicipals/centrecivicioaquimxirau



Horari d'atenció al públic:

Matins: de dilluns a divendres de 9 a 14 h

Tardes: de dilluns a dijous de 17 a 20 h (a partir del 8 de setembre)

CENTRE CÍVIC CREU DE LA MÀ

Plaça Remei Bosch, s/n de Figueres

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

Google Maps: 7X68+37 Figueres

Web: www.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 a 14 h

Tardes: de dilluns a dijous de 16.30 a 19.30 h i
divendres de 16 a 18.30 h

ESPAI CÍVIC TEATRE DEL BON PASTOR

C. Dr. Barraquer, 4 de Figueres

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

Google Maps: 7X82+32H Figueres

Web: www.figueres.cat/temes/accio-civica/centrescivicsmunicipals/espai-civic-bon-pastor



Horari d'atenció al públic:

Matins: de dilluns a divendres de 10 a 13 h

POTS CONSULTAR TOTA LA INFORMACIÓ A:

Matrícules en línia:

www.figueres.cat/matriculacions

Centres Cívics Municipals:

www.figueres.cat/centrescivics

Servei d'Acció Cívica, Drets Civils i Cooperació:

www.figueres.cat/acciocivica

Agenda dels Centres Cívics Municipals:

<https://www.figueres.cat/temes/accio-civica/agenda>

@figuerescentrescivics

<https://www.instagram.com/figuerescentrescivics>

figuerescentrescivics

<https://www.facebook.com/figuerescentrescivics>



Ajuntament de
Figueres

