

# VIU ELS VENTS



PRIMAVERA  
2025



## CENTRES CÍVICS DE REUS



**XARXA  
CASALS  
MUNICIPALS**

**+60**



PROGRAMACIÓ



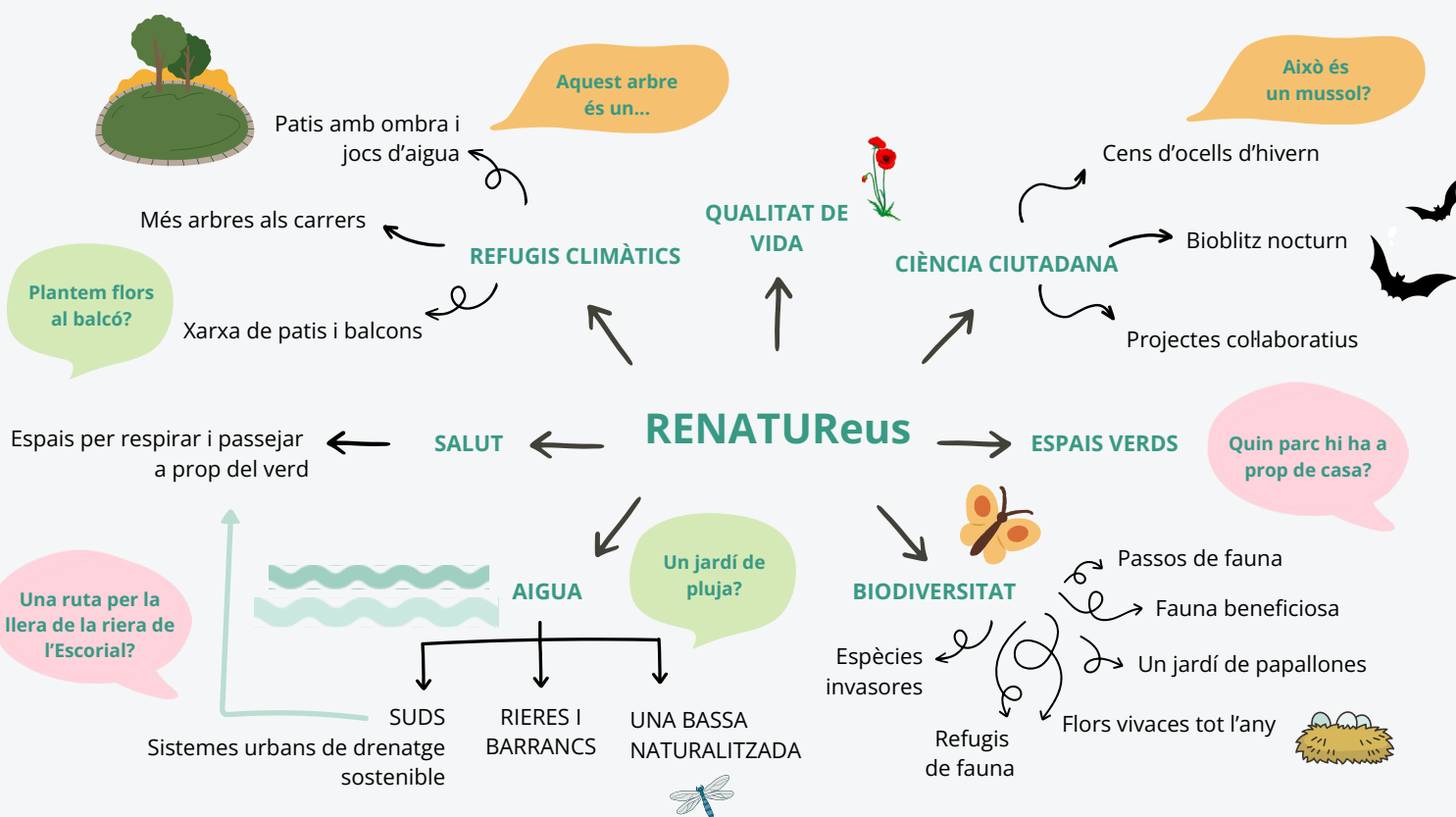
# RENATUReus

Tallers, sortides i grups de treball per reconnectar amb la natura i viure millor en una ciutat més verda.

T'hi apuntes?

Consulta la programació a [Reus.cat](https://reus.cat) i al teu centre cívic

Més informació a





**Sandra Guaita Esteruelas**  
Alcaldesa de Reus



**Maria del Mar Escoda Serres**  
Regidora de Relacions Ciutadanes

### **Més activitats, més a prop**

La Xarxa de Centres Cívics de la ciutat torna a obrir portes a una nova programació per als propers mesos amb l'objectiu d'acostar a tothom propostes i activitats de diferents formats i temàtiques. I ho fa amb la novetat de comptar amb un nou espai acabat d'inaugurar, el nou Centre Cívic Gregal, al carrer d'Antoni Gaudí, l'obertura del qual marca una nova fita en la trajectòria de servei d'uns d'equipaments municipals que han sabut guanyar-se la complicitat d'entitats i persones a títol individual.

És aquesta complicitat amb la ciutadania i el teixit associatiu el que ha permès que la trajectòria dels centres cívics sigui una trajectòria d'èxit: no només perquè any rere any es cobreixin les places disponibles per a les diferents activitats, sinó perquè els centres cívics han esdevingut peces clau de la dinàmica ciutadana, espais oberts i pensats per al diàleg, l'aprenentatge, les relacions ciutadanes i el lleure compartit. I espais també de referència per a la ciutadania a l'hora de participar en els projectes que a petita o gran escala contribueixen a fer ciutat.

Des d'aquestes pàgines, vull encoratjar-vos a fer vostres les propostes que trobareu a continuació i a trobar el vostre propi encaix en aquest projecte compartit, que fa dels centres cívics espais de ciutadania i de participació. Estic segura que trobareu alguna proposta que respongui als vostres interessos i inquietuds, a la vostra disponibilitat horària o al format que s'adapti millor a la vostra manera de ser, i que us permeti acostar-vos encara més a uns equipaments pensats per acollir el batec d'aquesta gran ciutat que compartim.

### **Nova programació, nou equipament**

La Regidoria de Relacions Ciutadanes us presenta, una tardor més, una extensa programació d'activitats que podreu trobar en els centres cívics de la nostra ciutat.

Uns equipaments amb més de 30 anys de trajectòria que continuen creixent des de la proximitat per esdevenir un punt de referència territorial i de ciutat. Cal posar en valor el seu objectiu fundacional de ser espais de proximitat oberts a la ciutadania, i és per això que anem introduint canvis: hem incorporat les activitats del col·lectiu +60 a la nostra programació, estem ampliant els actes gratuïts i puntuals i fent-los extensius a l'època d'estiu i estem reforçant els projectes fruit d'un treball compartit i descentralitzat amb serveis municipals, entitats i col·lectius.

Un total de 52 activitats puntuals i gratuïtes apleguen molts interessos diferents: "ens movem", moure'ns per la nostra ciutat per conèixer i aprendre (com a novetat destaquem la visita a l'espai agrari i horts educatius de la Boca de la Mina); "parlem de", tot un seguit de xerrades i espais de conversa per aprendre i adquirir hàbits que ens ajudin a viure millor; "en família", espais familiars per crear, jugar, aprendre i divertir-nos amb una molt bona acollida, i "l'espai gastro", amb denominació d'origen i productes de proximitat. 132 tallers oberts a tots els públics i un total de 77 activitats per al col·lectiu +60 configuren la nova programació de febrer a juny. Aquestes activitats adreçades al col·lectiu +60 promouen la salut emocional i física seguint les accions del Pla d'Envelliment Actiu i Saludable.

La incorporació del nou Centre Cívic Gregal oferirà una gran oportunitat a tota la zona nord de la ciutat per poder gaudir de tots els serveis que s'ofereixen des d'aquests equipaments de proximitat. Consulteu les activitats fent una visita al centre ubicat al carrer d'Antoni Gaudí, 18.

Us animem, també, a consultar tots els tallers, sortides i grups de treball per reconnectar amb la natura i viure en una ciutat més verda, que des del projecte ReNatur s'aniran programant i que podreu consultar als centres cívics i a reus.cat.



# entitats

## **CENTRE CÍVIC DEL CARME**

- Associació Bicicamp
- Associació Catalana per a la Prevenció del Suïcidi
- Associació Comissió Catalana d'Acció pel Refugi
- Associació Consum Usuaris en Acció- FACUA
- Associació de Cervesers del Baix Camp
- Associació de Pacients i Familiars d'Afectats de Fibromialgia i Síndromes de Sensibilitat Central
- Associació de Veïns L'Harmonia del Carme
- Associació Montepio Conductors Reus
- Associació Puntaires de Reus
- Associació Reus Refugi
- Associació Salut Mental Dr Tosquelles
- Associació Superat de Persones amb TEA
- Associació Ūuo
- Colla de la Víbria de Reus
- Cor Ciutat de Reus
- FRAC Fed Reusenca d'Associacions de Carnaval
- Fundació Amics de la Gent Gran
- Fundació Espigoladors
- Grup de Costura
- Grup de Sardanes
- Grup de Trastorn Bipolar de les Comarques de Tarragona
- Grup Som de Reus
- Lliga Contra el Càncer Comarques de Tarragona
- Reus Rugbi Club

## **CENTRE CÍVIC LLEVANT**

- Associació de Veïns Horts de Miró
- Associació de Veïns Mas Magrané de Reus
- Associació de Dones del Camí de Valls
- Associació Asperger-TEA del Camp de Tarragona
- Associació Juvenil Irasshai
- Agrupació d'Associacions de Setmana Santa de Reus
- Associació Cultural Dolors Vives i Rodon
- Associació Cultural Poncella Rosa de Reus
- Associació Unesco per al Diàleg Interreligiós
- Associació pel Dret a Morir Dignament
- Som Heura
- La Bella Dansa
- One Shoot K-pop
- Taller Baix Camp
- Coral IPM
- El Club de la Costura

## **CENTRE CÍVIC MAS ABELLÓ**

- Grup d'Havaneres Balandra
- AFFAC Associació Federada de Famílies d'Alumnes de Catalunya
- Associació Radioaficionats de Reus
- Associació de Veïns Mas Abelló
- Casal Municipal de la Gent Gran
- Fundació Intermèdia
- Fundació Tutelar + tu
- Fundació Surt
- Icaria - Comunalitat Reus Sud

## **CENTRE CÍVIC MESTRAL**

- Associació Amics Barri Gaudi
- Associació de Dones Blanca Almendro
- Associació de Puntaires de Reus
- Associació de Veïns Barri Gaudi
- Associació Pre-jubilats i Jubilats de Telefònica
- Club Esportiu Costa Daurada
- Dol d'Estels
- Fundació Privada ECOM
- Hammada
- Associació Lliga Reumatològica de Catalunya
- Associació Musical la Veu entre Cultures
- Associació Club de Dòmino Amics d'en Manolo

## **CENTRE CÍVIC MIGJORN**

- Ajuda'ns a Ajudar
- Associació Cornetes i Tambors la Rosa de Reus
- Banda de Cornetes i Tambors Verge de Misericòrdia
- Associació de Veïns "la Unión" del Barri Juroca
- Associació de Veïns Barri Fortuny
- Associació de Veïns Barri Montserrat
- Associació de Veïns Parcel·les Casas
- Associació de Veïns "Zona V"
- Associació Quinchos Universitaris de Nicaragua (AQUN)
- Associació Senegalesos de Reus
- ATF Associació Tarraco Fotografia
- Centre de Noves Oportunitats
- Club Serinus Ciutat de Reus
- Cor Acords de Reus
- Reusamba

## **CENTRE CÍVIC PONENT**

- Amics del Cavall
- Associació de Veïns Barri Immaculada
- Associació Manga Anime i Cultura Nipona-Amakuni
- Associació de Veïns Mare Molas
- Associació de Veïns el Santuari
- Associació de Veïns Cultura de la Pau
- Associació Reus Gats
- Casal Municipal de la Gent Gran
- Coral Veus de la Terra
- Coro Rociero Mezcla de Raíces
- Escuderia Baix Camp
- Federació d'Associacions de Veïns de Reus
- Grup de Cata de Vins El Tap
- Grup Local de Muntanya Somereta
- Grup Puntaries AV Joan Prim
- Gospel Hoppers
- Motoautomòbil Club Reus
- Swing Tarragona



# SERVEIS QUE POTS TROBAR ALS CENTRES CÍVICS

## RELACIONS CIUTADANES

- > PUNT D'INFORMACIÓ MUNICIPAL
- > SUPORT A LES ENTITATS I ASSOCIACIONS
- > CURSOS I TALLERS
- > WIFI GRATUÏT

## ÀREA DE SERVEIS A LES PERSONES I DRETS SOCIALS

- PRIMERA ACOLLIDA
  - LLEVANT ● PONENT ● MIGJORN
- INFÀNCIA I FAMÍLIA
  - DEL CARME ● LLEVANT ● PONENT ● MIGJORN
- DINAMITZACIÓ COMUNITÀRIA
  - LLEVANT ● MIGJORN ● PONENT
- PLA DE DESENVOLUPAMENT COMUNITARI
  - MAS ABELLÓ ● MESTRAL
- FORMACIÓ PER A NOUVINGUTS
  - PONENT ● LLEVANT
- PUNT D'ASSESSORAMENT ENERGÈTIC
  - DEL CARME
- SERVEI D'INTERVENCIÓ SOCIOEDUCATIU
  - DEL CARME ● LLEVANT ● MESTRAL
  - MIGJORN ● PONENT
- GENT GRAN I DEPENDÈNCIA
  - DEL CARME ● LLEVANT ● PONENT
  - MIGJORN ● MAS ABELLÓ ● MESTRAL
- ESTUDI ASSISTIT
  - MAS ABELLÓ (ANNEX)
- HABITATGE
  - MIGJORN
- ESPAI D'ATENCIÓ DEL SERVEI DE PRIMERA ACOLLIDA DE CATALUNYA
  - MESTRAL

## CASALS DE LA GENT GRAN

- MIGJORN ● PONENT ● MESTRAL ● MAS ABELLÓ

## TEMPSXCURES



- ESPAI DE JOC INFANTIL
  - PONENT, de dilluns a dijous de 17.00 a 19.00 h
- MINUTS MENUTS
  - DEL CARME, de dilluns a divendres de 9.00 a 13.00 h
- ESPAI JOVE
  - MIGJORN, dilluns i dimecres de 16.30 a 20.00 h
  - LLEVANT, dilluns i dimecres de 16.30 a 20.00 h
- SERVEI PUNTUAL DE SUPORT, ACOMPANYAMENT I CURA EN L'ÀMBIT FAMILIAR
  - PONENT, de dilluns a divendres de 8.00 a 13.00 h i de 16.00 a 19.00 h



## IMFE

- DISPOSITIU D'INSERCIÓ LABORAL
  - DEL CARME ● MIGJORN ● MAS ABELLÓ
  - MESTRAL ● LLEVANT
- CASA D'OFICIS
  - DEL CARME
- SUPORT A TRÀMITS TELEMÀTICS
  - DEL CARME ● MIGJORN ● MAS ABELLÓ
  - MESTRAL ● LLEVANT
- PROGRAMA ORIENTA
  - PONENT
- COMISSARIA EXTERNA DE PROXIMITAT
  - LLEVANT ● MESTRAL ● MAS ABELLÓ ● MIGJORN ● PONENT
- AGÈNCIA DE L'HABITATGE DE LA GENERALITAT
  - MAS ABELLÓ
- PUNT DE VOLUNTARIAT REUS
  - DEL CARME

→ [centrescivics.reus.cat](http://centrescivics.reus.cat) → [centrescivics.reus.cat](http://centrescivics.reus.cat) → [centrescivics.reus.cat](http://centrescivics.reus.cat)



### DEL CARME

977 010 051  
cc.delcarme@reus.cat  
Pl. de la Patacada. 10



### MESTRAL

977 010 039  
cc.mestral@reus.cat  
Av. de Barcelona. 6



### MAS ABELLÓ

977 010 030  
cc.masabello@reus.cat  
C. del Mas Carpa. 4



### MIGJORN

977 010 032  
cc.migjorn@reus.cat  
Riera de l'Escorial. 22-24



### LLEVANT

977 010 026  
cc.llevant@reus.cat  
Pl. de l'Hort dels Canonges. 1



### PONENT

977 010 044  
cc.ponent@reus.cat  
Av. dels Països Catalans. 106

NOU



### GREGAL

977 010 027  
cc.gregal@reus.cat  
C. d'Antoni Gaudi, 18

PER

## EXPRESSAR

A totes i a tots ens agrada treure la nostra part més creativa... Alimentem l'esperit!



Horari	Activitat	Centre Cívic	Període	Preu	😊
<b>Dilluns</b>					
De 16.30 a 18.30 h	<b>Restauració de mobles antics</b>	Mestral	Del 17 de febrer al 9 de juny	96,00 €	
De 17.00 a 19.00 h	<b>Ceràmica</b>	Mas Abelló	Del 17 de febrer al 2 de juny	87,00 €	
De 17.15 a 19.15 h	<b>Aquarel·la. Perfeccionament</b>	Llevant	Del 17 de febrer al 9 de juny	87,00 €	
De 19.00 a 20.30 h	<b>Guitarra</b>	Mas Abelló	Del 17 de febrer al 2 de juny	96,75 €	
De 19.30 a 21.00 h	<b>Dibuix. Intermedi</b>	Llevant	Del 17 de febrer al 9 de juny	65,25 €	
<b>Dimarts</b>					
De 09.00 a 11.00 h	<b>Llapis i pinzell</b>	Llevant	Del 18 de febrer al 3 de juny	87,00 €	
De 10.00 a 12.00 h	<b>Patchwork</b>	Carme	Del 18 de febrer al 3 de juny	87,00 €	
De 16.00 a 18.00 h	<b>Punt de mitja i ganxet creatiu</b>	Migjorn	Del 18 de febrer al 3 de juny	87,00 €	
De 16.30 a 18.30 h	<b>Costura creativa</b>	Ponent	Del 18 de febrer al 3 de juny	87,00 €	
De 17.00 a 18.30 h	<b>Dibuix. Iniciació</b>	Ponent	Del 18 de febrer al 3 de juny	65,25 €	
De 18.00 a 20.00 h	<b>Punt de mitja i ganxet creatiu</b>	Migjorn	Del 18 de febrer al 3 de juny	87,00 €	
De 19.00 a 20.30 h	<b>Guitarra</b>	Mas Abelló	Del 18 de febrer al 3 de juny	96,75 €	
De 19.00 a 20.30 h	<b>Taller de relats</b>	Migjorn	Del 18 de febrer al 3 de juny	65,25 €	
De 19.00 a 20.30 h	<b>Costura creativa</b>	Llevant	Del 18 de febrer al 3 de juny	65,25 €	
De 19.00 a 21.00 h	<b>Restauració de mobles antics</b>	Mestral	Del 18 de febrer al 3 de juny	96,00 €	
<b>Dimecres</b>					
De 9.30 a 11.30 h	<b>Restauració de mobles antics. Iniciació</b>	Mestral	Del 19 de febrer al 4 de juny	96,00 €	
De 16.00 a 18.00 h	<b>Creant amb teles i feltre</b>	Migjorn	Del 19 de febrer al 4 de juny	87,00 €	
De 16.00 a 18.00 h	<b>Restauració de mobles antics. Iniciació</b>	Mestral	Del 19 de febrer al 4 de juny	96,00 €	
De 17.00 a 18.30 h	<b>Il·lustracions de Sant Jordi</b>	Llevant	Del 5 al 26 de març	24,00 €	





Horari	Activitat	Centre Cívic	Període	Preu	😊
De 18.00 a 20.00 h	<b>Costura creativa i bijuteria textil</b>	Migjorn	Del 19 de febrer al 4 de juny	87,00 €	
De 18.00 a 20.00 h	<b>Punt de mitja i ganxet creatiu</b>	Migjorn	Del 19 de febrer al 4 de juny	87,00 €	
De 18.30 a 20.30 h	<b>Restauració de mobles antics</b>	Mestral	Del 19 de febrer al 4 de juny	96,00 €	
De 18.30 a 20.00 h	<b>Guitarra</b>	Mas Abelló	Del 19 de febrer al 4 de juny	96,75 €	

## Dijous

De 16.00 a 18.00 h	<b>Restauració de mobles antics</b>	Mestral	Del 20 de febrer al 12 de juny	96,00 €	
De 16.00 a 18.00 h	<b>Fil i agulla</b>	Ponent	Del 20 de febrer al 12 de juny	87,00 €	
De 17.00 a 19.00 h	<b>Ceràmica</b>	Mas Abelló	Del 20 de febrer al 12 de juny	87,00 €	
De 17.45 a 18.45 h	<b>Ukelele</b>	Mas Abelló	Del 20 de febrer al 12 de juny	64,50 €	
De 18.00 a 20.00 h	<b>Manualitats: fes-t'ho tu mateix, decor craft</b>	Migjorn	Del 20 de febrer al 12 de juny	87,00 €	
De 18.45 a 20.15 h	<b>Guitarra</b>	Mas Abelló	Del 20 de febrer al 12 de juny	96,75 €	
De 19.00 a 21.00 h	<b>Ceràmica</b>	Mas Abelló	Del 20 de febrer al 12 de juny	87,00 €	
De 19.00 a 21.00 h	<b>Teatre per a adults</b>	Migjorn	Del 20 de febrer al 12 de juny	96,00 €	
De 19.15 a 20.45 h	<b>Aprenents de costura</b>	Llevant	Del 20 de febrer al 12 de juny	65,25 €	

## Divendres

De 9.30 a 11.30 h	<b>Patronatge</b>	Ponent	Del 21 de febrer al 13 de juny	87,00 €	
De 16.30 a 18.00 h	<b>Aprenents de costura</b>	Llevant	Del 21 de febrer al 13 de juny	65,25 €	
De 18.00 a 20.00 h	<b>Fil, agulla i màquina de cosir</b>	Llevant	Del 21 de febrer al 13 de juny	87,00 €	
De 18.30 a 20.00 h	<b>Aquarel·la</b>	Mestral	Del 21 de febrer al 13 de juny	65,25 €	

En un món relacional, aprenem eines i coneixements que ens ajuden a comunicar-nos



Horari	Activitat	Centre Cívic	Període	Preu	😊
<b>Dilluns</b>					
De 10.00 a 11.30 h	<b>Utilitats del teu <i>smartphone</i></b>	Llevant	Del 17 de febrer al 7 d'abril	63,60 €	
De 10.30 a 12.00 h	<b>Anglès. Iniciació 2</b>	Carme	Del 17 de febrer al 9 de juny	96,75 €	
D'11.30 a 13.00 h	<b>Què puc publicar a les xarxes i com</b>	Llevant	Del 3 de març al 7 d'abril	47,70 €	
De 19.30 a 21.00 h	<b>Retoc fotogràfic i fotografia en exteriors</b>	Migjorn	Del 17 de febrer al 2 de juny	76,50 €	
<b>Dimarts</b>					
De 10.00 a 11.30 h	<b>Instagram per a principiants (nivell 2)</b>	Mas Abelló	De l'11 al 25 de març	23,85 €	
De 18.00 a 19.30 h	<b>Anglès per conversar. Intermedi</b>	Llevant	Del 18 de febrer al 3 de juny	96,75 €	
De 19.30 a 21.00 h	<b>Converses en francès</b>	Llevant	Del 18 de febrer al 3 de juny	96,75 €	
<b>Dimecres</b>					
De 10.00 a 11.30 h	<b>Retrat fotogràfic amb mòbil o càmera</b>	Llevant	Del 5 al 19 de març	23,85 €	
De 10.00 a 11.30 h	<b>Fotografia i retoc amb el mòbil. Continuació</b>	Llevant	Del 30 d'abril al 4 de juny	45,00 €	
De 19.00 a 20.30 h	<b>Aprèn a utilitzar la intel·ligència artificial</b>	Mas Abelló	Del 7 al 21 de maig	23,85 €	
De 19.00 a 20.30 h	<b>Anglès per viatjar. Principiants</b>	Carme	Del 19 de febrer al 4 de juny	96,75 €	
De 19.30 a 21.00 h	<b>Fotografia amb el mòbil</b>	Migjorn	Del 12 al 26 de març	22,5 €	
<b>Dijous</b>					
De 9.30 a 11.00 h	<b>Francès. Nivell inicial</b>	Mestral	Del 20 de febrer al 12 de juny	96,75 €	
De 9.15 a 10.45 h	<b>Anglès iniciació. Continuació</b>	Llevant	Del 20 de febrer al 12 de juny	96,75 €	
De 17.30 a 19.00 h	<b>Anglès per conversar. Avançat</b>	Llevant	Del 20 de febrer al 12 de juny	96,75 €	
De 19.30 a 21.00 h	<b>Càmera rèflex digital i fotografia en exteriors. Iniciació</b>	Migjorn	Del 20 de febrer al 12 de juny	76,50 €	
<b>Divendres</b>					
De 9.30 a 11.00 h	<b>Anglès bàsic 2</b>	Carme	Del 21 de febrer al 13 de juny	96,75 €	







23 d'abril

# CELEBRA **SANT JORDI**

Als centres cívics  
amb activitats especials

Consulteu la Programació Sant Jordi  
a [inscripcions.reus.cat](http://inscripcions.reus.cat) a partir de l'1 d'abril.

## Pensades per a la cura del cos i la ment



Horari	Activitat	Centre Civic	Període	Preu	😊
--------	-----------	--------------	---------	------	---

## Dilluns

De 16.45 a 18.15 h	<b>Estiraments i relaxació</b>	Ponent	Del 17 de febrer al 9 de juny	92,93 €	
De 17.00 a 18.00 h	<b>Taller escacs</b>	Ponent	Del 17 de febrer al 9 de juny	84,00 €	
De 18.30 a 19.30 h	<b>Sevillanes</b>	Migjorn	Del 17 de febrer al 2 de juny	75,00 €	
De 18.30 a 19.30 h	<b>Hipopressius + esquena</b>	Carme	Del 17 de febrer al 9 de juny	84,00 €	
De 18.45 a 20.15 h	<b>loga</b>	Llevant	Del 17 de febrer al 9 de juny	92,93 €	
De 19.00 a 20.00 h	<b>Taller de reflexologia podal</b>	Migjorn	Del 17 de febrer al 31 de març	39,20 €	
De 19.30 a 21.00 h	<b>loga</b>	Carme	Del 17 de febrer al 9 de juny	92,93 €	

## Dimarts

De 16.45 a 17.45 h	<b>logalates</b>	Ponent	Del 18 de febrer al 3 de juny	84,00 €	
De 9.15 a 10.45 h	<b>loga</b>	Llevant	Del 18 de febrer al 3 de juny	92,93 €	
De 17.30 a 19.00 h	<b>Taitxí</b>	Carme	Del 18 de febrer al 3 de juny	92,93 €	
De 17.50 a 19.20 h	<b>loga</b>	Ponent	Del 18 de febrer al 3 de juny	92,93 €	
De 19.00 a 20.30 h	<b>Risoteràpia</b>	Mas Abelló	Del 6 al 27 de maig	36,00 €	
De 19.00 a 20.00 h	<b>Ball salsa, batxata i merengue sense parella</b>	Carme	Del 18 de febrer al 3 de juny	84,00 €	
De 19.30 a 20.30 h	<b>loga amb material</b>	Ponent	Del 18 de febrer al 3 de juny	84,00 €	

## Dimecres

De 9.30 a 11.00 h	<b>Estiraments i relaxació</b>	Ponent	Del 19 de febrer al 4 de juny	92,93 €	
De 15.15 a 16.15 h	<b>logalates</b>	Llevant	Del 19 de febrer al 4 de juny	84,00 €	
De 16.45 a 17.45 h	<b>Pilates</b>	Llevant	Del 19 de febrer al 4 de juny	84,00 €	
De 17.15 a 18.15 h	<b>Pilates</b>	Carme	Del 19 de febrer al 4 de juny	84,00 €	
De 18.30 a 19.30 h	<b>Pilates</b>	Ponent	Del 19 de febrer al 4 de juny	84,00 €	





Horari	Activitat	Centre Civic	Periode	Preu	😊
De 18.30 a 19.30 h	<b>Balls llatins en línia</b>	Llevant	Del 19 de febrer al 4 de juny	75,00 €	
De 18.30 a 19.30 h	<b>Zumba</b>	Carme	Del 19 de febrer al 4 de juny	84,00 €	
De 20.00 a 21.00 h	<b>Ball salsa, batxata i merengue sense parella</b>	Migjorn	Del 19 de febrer al 4 de juny	75,00 €	

## Dijous

De 10.00 a 11.30 h	<b>Estiraments i exercicis de relaxació</b>	Carme	Del 20 de febrer al 12 de juny	92,93 €	
De 16.30 a 18.00 h	<b>loga</b>	Ponent	Del 20 de febrer al 12 de juny	92,93 €	
De 17.15 a 18.15 h	<b>Meditacions guiades</b>	Mestral	Del 20 de febrer al 13 de març	24,00 €	
De 17.15 a 18.15 h	<b>Àssanes i meditació</b>	Mestral	Del 20 de març al 10 d'abril	24,00 €	
De 17.15 a 18.15 h	<b>Respiració conscient i meditació</b>	Mestral	Del 8 al 29 de maig	24,00 €	



# PUNT DE TROBADA

VOLS QUEDAR?

Estem oberts **per a tu.**

Horari	Activitat	Centre Cívic	Període	Preu	😊
<b>Dijous</b>					
De 17.30 a 19.00 h	<b>Txikung</b>	Carme	Del 20 de febrer al 12 de juny	92,93 €	
De 19.00 a 20.30 h	<b>Automaquillatge tendències primavera-estiu</b>	Migjorn	Del 8 al 22 de maig	27,00 €	
De 19.00 a 20.00 h	<b>Zumba</b>	Ponent	Del 20 de febrer al 12 de juny	84,00 €	
De 19.15 a 20.45 h	<b>logalates</b>	Llevant	Del 20 de febrer al 12 de juny	92,93 €	

**Divendres**

De 9.00 a 10.00 h	<b>Hipopressius + esquena</b>	Ponent	Del 21 de febrer al 13 de juny	84,00 €	
De 9.30 a 11.00 h	<b>Cuidem la columna</b>	Llevant	Del 21 de febrer al 13 de juny	92,93 €	
De 10.00 a 11.30 h	<b>Marxa nòrdica</b>	Carme	Del 21 de febrer al 13 de juny	92,93 €	
D' 11.30 a 12.30 h	<b>loga a la cadira</b>	Carme	Del 21 de febrer al 13 de juny	84,00 €	
De 17.30 a 18.30 h	<b>Pilates</b>	Ponent	Del 21 de febrer al 13 de juny	84,00 €	



**Connecta't!**  
a la xarxa gratuïta dels  
Centres Cívics!



**WIFI**

# HOLA NOU CENTRE CÍVIC GREGAL!



► C. d'Antoni Gaudí, 18 ◀



Trobareu la programació del Gregal cada mes a [inscripciones.reus.cat](http://inscripciones.reus.cat) i als centres cívics



PER

# CUINAR

Cuinar, tastar, combinar aliments...  
La cultura de la cuina

Horari	Activitat	Centre Cívic	Període	Preu	😊
<b>Dilluns</b>					
De 18.00 a 19.30 h	<b>Cuina amb fregidora d'aire</b>	Carme	12 de maig	14,80 €	
De 18.00 a 19.30 h	<b>Postres sense gluten</b>	Carme	Del 19 al 26 de maig	22,20 €	
De 18.00 a 20.00 h	<b>Postres de quaresma</b>	Carme	Del 17 al 24 de febrer	22,20 €	
De 18.00 a 20.00 h	<b>Mona sense gluten</b>	Carme	3 de març	14,80 €	
De 18.00 a 20.00 h	<b>Gimbap</b>	Carme	10 de març	14,80 €	
De 18.00 a 20.00 h	<b>Entrants freds de revetlla</b>	Carme	9 de juny	14,80 €	
<b>Dimarts</b>					
De 10.00 a 11.30 h	<b>Cuina italiana. Pasta, pizza i lasanya</b>	Llevant	Del 4 a l'11 de març	22,20 €	
De 10.00 a 11.30 h	<b>El bacallà, un món de possibilitats</b>	Llevant	Del 25 de març a l'1 d'abril	22,20 €	
De 17.30 a 19.00 h	<b>Petits cuiners</b> <span style="background-color: #4CAF50; color: white; border-radius: 10px; padding: 2px;">Infantil</span>	Migjorn	Del 18 de febrer al 3 de juny	81,00 €	
De 19.30 a 21.00 h	<b>Cuina per a solters</b>	Migjorn	Del 18 de febrer a l'1 d'abril	55,65 €	
De 19.30 a 21.00 h	<b>Cuina per a solters</b>	Migjorn	Del 8 d'abril al 27 de maig	55,65 €	
<b>Dimecres</b>					
De 19.00 a 21.00 h	<b>Cuina japonesa</b>	Migjorn	19 i 26 de febrer	29,60 €	
De 19.00 a 21.00 h	<b>Cuina mexicana</b>	Migjorn	12 i 19 de març	29,60 €	
De 19.00 a 21.00 h	<b>Tapes creatives entre amics</b>	Migjorn	2 i 9 d'abril	29,60 €	
De 19.00 a 21.00 h	<b>Cebiches i tàrtars</b>	Migjorn	7 i 14 de maig	29,60 €	
<b>Dijous</b>					
De 19.00 a 20.30 h	<b>Poke bowl</b>	Mestral	3 i 10 d'abril	22,20 €	

 [inscripciones.reus.cat](https://inscripciones.reus.cat) 



Horari	Activitat	Centre Cívic	Període	Preu	😊
De 19.00 a 20.30 h	<b>Cuina nikkei</b>	Mestral	Del 8 al 22 de maig	33,30 €	
De 19.00 a 20.30 h	<b>Cuina tailandesa</b>	Mestral	29 de maig i 5 de juny	22,20 €	

### Divendres

De 18.00 a 20.00 h	<b>Cuina italiana. Risotto</b>	Llevant	4 d'abril	14,80 €	
De 18.00 a 20.00 h	<b>Cuina baixa en calories</b>	Llevant	16 de maig	14,80 €	

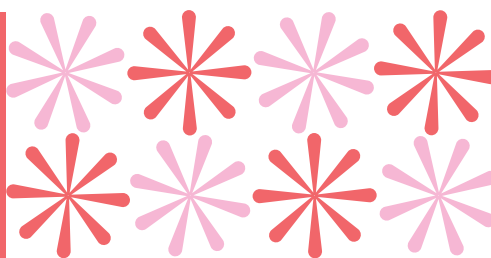


## ESPAI DE JOC OBERT

AQUÍ HI JUGUEM TOTS!

Juga amb els teus fills en un espai acollidor i estimulant. Descobreix, experimenta i diverteix-te a través del joc i de les joguines.

**SÓN  
ACTIVITATS  
GRATUÏTES  
I DE CURTA  
DURADA.**



Et proposem tastar i tenir una primera aproximació a diverses activitats.

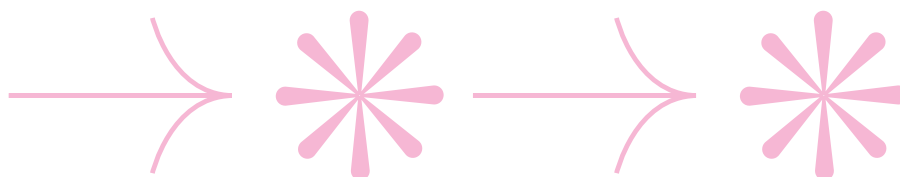
LES INSCRIPCIONS S'OBRIRAN 15 DIES ABANS DE L'ACTIVITAT

**ens  
movem**

D'ací i d'allà ens movem per Reus per conèixer i comprendre la ciutat.



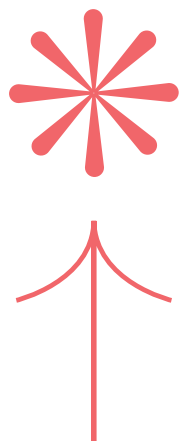
Horari	Activitat	Centre Cívic	😊
<b>MARÇ</b>			
17 de març a les 10.00 h	<b>Passejada per la Boca de la Mina i visita al parc agrari</b>	Mestral	
18 de març a les 10.00 h	<b>Arxiu Municipal de Reus i Arxiu Comarcal del Baix Camp</b>	Llevant	
27 de març a les 10.00 h	<b>Canal Reus TV</b>	Migjorn	
<b>ABRIL</b>			
2 d'abril a les 10.00 h	<b>Institut d'Horticultura i Jardineria de Reus</b>	Mas Abelló	
11 d'abril a les 10.00 h	<b>El museu per dins: el taller de restauració i reserves. Museu Salvador Vilaseca</b>	Carme	
<b>MAIG</b>			
6 de maig a les 9.30 h	<b>Estació de Tractament d'Aigua Potable</b>	Ponent	
15 de maig a les 10.00 h	<b>Parc de Bombers de Reus</b>	Mas Abelló	
<b>JUNY</b>			
13 de juny a les 10.00 h	<b>Bòbila del Sugranyes</b>	Carme	





parlem de

Hi ha un temps per saber; fem una ullada a diversos temes que ens poden interessar.



Horari	Activitat	Centre Civic	😊
<b>FEBRER</b>			
11 de febrer a les 12.00 h	<b>Plats saludables</b>	Migjorn	
21 de febrer a les 10.00 h	<b>Taller de primers auxilis</b>	Mas Abelló	
26 de febrer a les 16.00 h	<b>Lumbàlgia i mal d'esquena, és el mateix?</b>	Mestral	
<b>MARÇ</b>			
6 de març a les 17.30 h	<b>Un buit a la taula: dol conscient</b>	Ponent	
14 de març a les 12.00 h	<b>Risc cardiovascular: parlem del colesterol</b>	Migjorn	
18 de març a les 12.00 h	<b>El sucre i els seus nivells</b>	Migjorn	
19 de març a les 16.00 h	<b>El bon ús dels medicaments</b>	Mestral	
19 de març a les 17.00 h	<b>Taller de primers auxilis</b>	Llevant	
20 de març a les 18.00 h	<b>Tècniques per afrontar l'estrès</b>	Carme	
27 de març a les 17.30 h	<b>Menopausa i hormones</b>	Ponent	
<b>ABRIL</b>			
3 d'abril a les 17.30 h	<b>La felicitat, una qüestió d'actitud</b>	Ponent	
7 d'abril a les 12.00 h	<b>El sucre és una droga</b>	Migjorn	
8 d'abril a les 18.00 h	<b>Nutrició esportiva</b>	Carme	
9 d'abril a les 16.00 h	<b>Relacions personals i familiars saludables</b>	Mestral	
25 d'abril a les 11.00 h	<b>Taller d'alimentació a la infància</b>	Mas Abelló	
30 d'abril a les 17.00 h	<b>Taller d'alimentació a la infància</b>	Llevant	
<b>MAIG</b>			
5 de maig a les 17.00 h	<b>Taller per aprendre a utilitzar l'app "la Meva Salut"</b>	Llevant	
8 de maig a les 17.30 h	<b>Tècniques per millorar la teva qualitat de la son</b>	Carme	
9 de maig a les 9.15 h	<b>Taller d'eines per gestionar l'estrès</b>	Mas Abelló	
13 de maig a les 12.00 h	<b>Lectura d'etiquetes d'alimentació</b>	Migjorn	
14 de maig a les 16.00 h	<b>La importància de seguir bé els tractaments</b>	Mestral	
19 de maig a les 12.00 h	<b>Més enllà del somriure: la connexió entre la salut bucal i altres malalties</b>	Migjorn	
28 de maig a les 16.00 h	<b>Treballant la resiliència</b>	Mestral	

**en família**

Crear, jugar, aprendre i divertir-nos en companyia de la família.



Horari	Activitat	Centre Cívic	😊
<b>MARÇ</b>			
27 de març a les 18.00 h	<b>Fes la teva rosa de ganxet</b>	Ponent	
<b>ABRIL</b>			
1 d'abril a les 17.30 h	<b>Decora el teu ou de pasqua</b>	Mas Abelló	
2 d'abril a les 17.30 h	<b>Roses i punts llibre originals</b>	Llevant	
24 d'abril a les 17.30 h	<b>Taller de Sant Jordi</b>	Mas Abelló	
24 d'abril a les 17.30 h	<b>Receptes divertides, fàcils i amb molt de color</b>	Mestral	
24 d'abril a les 17.30 h	<b>Roses de xocolata</b>	Carme	
29 d'abril a les 17.30 h	<b>Tallers de Sant Jordi</b>	Ponent	
<b>MAIG</b>			
8 de maig a les 17.30 h	<b>Fem un quadre en relleu</b>	Mas Abelló	
12 de maig a les 18.00 h	<b>Estiraments en família</b>	Mestral	
15 de maig a les 18.00 h	<b>Tallers de flors de paper</b>	Ponent	
<b>JUNY</b>			
5 de juny a les 17.30 h	<b>Decoració per la festa major</b>	Mas Abelló	
12 de juny a les 18.00 h	<b>Taller música de festa major</b>	Ponent	

Horari	Activitat	Centre Cívic	😊
<b>FEBRER</b>			
25 de febrer a les 19.00 h	<b>Tast de formatges artesans</b>	Mestral	
28 de febrer a les 10.00 h	<b>Postres de xocolata: bombons</b>	Mas Abelló	
<b>MARÇ</b>			
6 de març a les 18.00 h	<b>Postres de xocolata: cookies</b>	Ponent	
6 de març a les 10.00 h	<b>Club dels cuinetes</b>	Llevant	
13 de març a les 19.00 h	<b>Tast de xocolates</b>	Mestral	
20 de març a les 19.00 h	<b>Postres de xocolata: coulant</b>	Migjorn	
27 de març a les 19.00 h	<b>Tast de patés</b>	Mestral	
<b>ABRIL</b>			
7 d'abril a les 18.00 h	<b>Postres de xocolata: creps de xocolata</b>	Carme	
<b>MAIG</b>			
22 de maig a les 19.00 h	<b>Tast de caves</b>	Mas Abelló	
29 de maig a les 10.00 h	<b>Postres de xocolata: pastís de Sacher</b>	Llevant	

**espai gastro**

Amb denominació d'origen i productes de proximitat.



**MIGJORN**

- FEBRER Natalia Mogilnitskaya  
"Expresiones de la vida"
- MARÇ Farnaz  
"Sueños de la madre naturaleza"
- ABRIL Josep Maria Tost Aixet  
"Insectes"
- MAIG Nelly Adams  
"Plumas flotantes"
- JUNY Associació Kolam  
"Udaipur, dona i infància"  
"Alumnes de l'Institut Josep Tapiró"

**LLEVANT**

- FEBRER Associació Kolam  
"Udaipur, dona i infància"
- MARÇ Rosa Martin  
"Indissoluble"
- ABRIL Nelly Adams  
"Plumas flotantes"
- MAIG Josep Maria Tost Aixet  
"Insectes"
- JUNY Ana Martinez  
"La revolta dels peixos blaus"



Sis espais expositius on diferents artistes i agents culturals mostren les seves propostes



**PONENT**

- FEBRER Farnaz  
"Sueños de la madre naturaleza"
- MARÇ Associació Kolam  
"Udaipur, dona i infància"
- ABRIL Josep M. Ballvé  
"Entrellums"
- MAIG "Concurs Instagram"
- JUNY Josep Maria Tost Aixet  
"Insectes"

**MESTRAL**

- FEBRER Nelly Adams  
"Plumas flotantes"
- MARÇ Josep M. Ballvé  
"Entrellums"
- ABRIL Rosa Martin Paterna  
"Indissoluble"
- MAIG Ana Martinez  
"La revolta dels peixos blaus"
- JUNY "Concurs Instagram"

**DEL CARME**

- FEB Piedad Carmona  
"Variedad"
- MARÇ Nelly Adams  
"Plumas flotantes"
- ABRIL "Dret a Morir Dignament"
- MAIG Josep M. Ballvé  
"Entrellums"
- JUNY Jordi Oliba  
"Fragments d'art de carrer de Reus"



**MAS ABELLÓ**

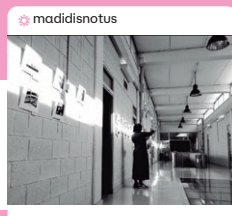
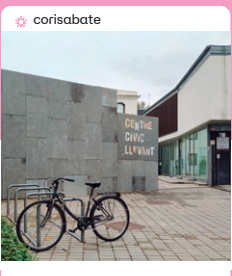
- FEBRER Rosa Martin  
"Indissoluble"
- MARÇ Josep Maria Tost Aixet  
"Insectes"
- ABRIL "Concurs Instagram"
- MAIG Jordi Oliba  
"Fragments d'art de carrer de Reus"
- JUNY Josep M. Ballvé  
"Entrellums"

**CONCURS INSTAGRAM**

Aquestes són les 6 fotografies restants guanyadores del concurs d'Instagram de l'any passat. I aquí teniu els seus usuaris per si els voleu seguir.



#concurscentrescivicsreus2024



# CALENDARI FEBRER - JUNY 2025

<b>Febrer</b>		dl.	dt.	dc.	dj.	dv.
		3	4	5	6	7
		10	11	12	13	14
Inici de les activitats		17	18	19	20	21
		24	25	26	27	28

<b>Març</b>		dl.	dt.	dc.	dj.	dv.
		3	4	5	6	7
		10	11	12	13	14
		17	18	19	20	21
		24	25	26	27	28
		31				

<b>Abril</b>		dl.	dt.	dc.	dj.	dv.
			1	2	3	4
		7	8	9	10	11
Setmana Santa		14	15	16	17	18
		21	22	23	24	25
		28	29	30		

<b>Maig</b>		dl.	dt.	dc.	dj.	dv.
					1	2
		5	6	7	8	9
		12	13	14	15	16
		19	20	21	22	23
		26	27	28	29	30

Festius

<b>Juny</b>		dl.	dt.	dc.	dj.	dv.
		2	3	4	5	6
Final de les activitats		9	10	11	12	13
		16	17	18	19	20
		23	24	25	26	27
		30	St. Joan			

- Final de les activitats del 1r quadrimestre
- Inici i final de les activitats i cursos
- Festius



# Inscripcions OBERTES!

Tot el que  
necessites saber  
per matricular-te!

## DESCOMPTES DEL 15%

S'aplicaran descomptes a aquelles persones que acreditin:

- Majors de 65 anys.
- Joves fins a 30 anys.
- Titulars del carnet de família nombrosa i monoparental.
- Persones amb discapacitat legalment reconeguda a partir del 33%.
- Persones en situació d'atur laboral.

Per poder gaudir d'aquests descomptes caldrà fer la inscripció de forma presencial als centres cívics.

## NORMES DE MATRICULACIÓ

### PROCÉS DE MATRICULACIÓ

Es considera formalitzada la inscripció quan la persona interessada l'hagi realitzat directament a través del sistema [www.inscripciones.reus.cat](http://www.inscripciones.reus.cat) i hagi abonat el total de l'import de l'activitat.

### PERÍODE D'INSCRIPCIÓ

A partir del 3 de febrer fins a esgotar les places.

### CANALS D'INSCRIPCIÓ

- Per internet a [www.inscripciones.reus.cat](http://www.inscripciones.reus.cat)
- Presencialment, a les consergeries dels centres cívics en horari de 9.00 a 13.00 h i de 16.00 a 20.00 h

### DURADA DELS CURSOS

La durada dels cursos serà la que consta a la web entre el **17 de febrer al 13 de juny de 2025**. Un cop es confirmi als alumnes la seva plaça, el pagament es farà efectiu mitjançant targeta bancària a través d'internet. No s'acceptaran diners en efectiu.

### DEVOLUCIÓ DE QUOTES

L'organització es reserva el dret d'anullar i/o canviar l'activitat. Només en aquest cas es retornarà l'import del curs.

  
**centrescivics.reus.cat**

# XARXA CASALS MUNICIPALS

# +60

## CASAL CENTRE CÍVIC

### MIGJORN

#### Dimarts

De 9.00 a 10.00 h	<b>Gimnàstica</b> (grup 1)
De 10.00 a 11.00 h	<b>Ball en línia</b> (iniciació)
D'11.00 a 12.00 h	<b>Ball en línia</b> (avançat)
De 16.00 a 17.00 h	<b>Gimnàstica relaxació</b>

#### Dimecres

De 10.00 a 12.00 h	<b>Gimnàstica</b> (grup 2)
De 9.00 a 10.00 h	<b>Taller d'informàtica</b> (1r nivell)
De 10.00 a 11.00 h	<b>Taller d'informàtica</b> (2n nivell)
D'11.00 a 12.00 h	<b>Taller d'informàtica</b> (3r nivell)
De 16.00 a 18.00 h	<b>Treballs manuals</b> <b>Gratuït</b>

#### Dijous

De 18.45 a 20.00 h	<b>Ball d'envelat</b>
--------------------	-----------------------

#### Divendres

De 9.00 a 10.00 h	<b>Gimnàstica</b> (grup 1)
De 10.00 a 11.00 h	<b>Gimnàstica</b> (grup 2)
De 10.00 a 11.00 h	<b>Taller de memòria</b>
D'11.00 a 12.00 h	<b>Taller de memòria</b>
De 16.00 a 18.00 h	<b>Treballs manuals</b> <b>Gratuït</b>

## CASAL MUNICIPAL

### SANT BERNAT CALVÓ

#### Dimecres

De 17.00 a 18.00 h	<b>Taller de memòria</b>
--------------------	--------------------------

#### Tots els dies de la setmana

De 16.30 a 19.00 h	<b>Casal obert - activitat lliure, jocs de taula</b> <b>Gratuït</b>
--------------------	---

Les activitats de pagament dels Casals Municipals tenen un preu públic assignat de:

**OCTUBRE a DESEMBRE** (preu trimestre)

→ **1** activitat: 9 € → **2** activitats: 15 €

**GENER a JUNY** (preu semestre)

→ **1** activitat: 18 € → **2** activitats: 30 €

## inscripcions

▶ 662 334 323 ◀

## CASAL CENTRE CÍVIC

### MESTRAL

#### Dilluns

De 18.00 a 19.00 h	<b>Taller de crochet</b> <b>Gratuït</b>
De 19.00 a 21.00 h	<b>Jocs de taula</b> <b>Gratuït</b>

#### Dimarts

De 9.00 a 10.30 h	<b>Taller de mandales</b> <b>Gratuït</b>
De 10.30 a 11.30 h	<b>Gimnàstica</b> (grup 1)
De 17.45 a 18.45 h	<b>Gimnàstica Sol i Vista</b> (Polilleuger Cèlia i Artiga)

#### Dimecres

De 17.00 a 18.00 h	<b>Taller de pintura acrílica</b> <b>Gratuït</b>
De 18.00 a 19.00 h	<b>Treballs manuals</b> <b>Gratuït</b>

#### Dijous

De 9.00 a 10.30 h	<b>Taller de mandales</b> <b>Gratuït</b>
De 10.30 a 11.30 h	<b>Gimnàstica</b> (grup 1)
De 17.45 a 18.45 h	<b>Gimnàstica Sol i Vista</b> (Polilleuger Cèlia i Artiga)
De 19.00 a 20.00 h	<b>Ball en línia</b>

#### Divendres

De 9.00 a 10.00 h	<b>Taller de memòria</b> (grup 1)
De 10.00 a 11.00 h	<b>Taller de memòria</b> (grup 2)
De 19.00 a 21.00 h	<b>Jocs de taula</b> <b>Gratuït</b>

## CASAL CENTRE CÍVIC

### MAS ABELLÓ

#### Dilluns

De 15.45 a 16.45 h	<b>Taller de country</b>
--------------------	--------------------------

#### Dimarts

De 10.00 a 11.00 h	<b>Taller de memòria</b>
De 17.00 a 18.00 h	<b>Gimnàstica</b>

#### Dimecres

De 17.00 a 18.00 h	<b>Jocs de taula</b> <b>Gratuït</b>
--------------------	-------------------------------------

#### Dijous

De 17.00 a 18.00 h	<b>Gimnàstica</b>
--------------------	-------------------

#### Divendres

De 17.00 a 20.00 h	<b>Jocs de taula</b> <b>Gratuït</b>
--------------------	-------------------------------------



# INICI ACTIVITATS

Del 2 d'octubre 2024  
al 20 de juny 2025

## CASAL CENTRE CÍVIC

### PONENT

#### Dilluns

De 9.00 a 10.00 h	<b>Gimnàstica</b> (grup 1)
De 10.00 a 11.00 h	<b>Gimnàstica</b> (grup 2)
D'11.00 a 12.00 h	<b>Gimnàstica</b> (grup 3)
De 12.00 a 13.00 h	<b>Gimnàstica</b> (grup 4)
De 9.00 a 10.00 h	<b>Taller de memòria</b> (2 grups)
De 10.00 a 11.00 h	<b>Taller de memòria</b> (2 grups)
D'11.00 a 12.00 h	<b>Taller de memòria</b>
De 12.00 a 13.00 h	<b>Taller de memòria</b>
De 17.30 a 18.45 h	<b>Teatre</b> (avançat)
De 18.45 a 20.00 h	<b>Teatre</b> (iniciació)
De 20.00 a 21.00 h	<b>Ball en línia</b> (iniciació)

#### Dimarts

De 9.00 a 10.00 h	<b>Gimnàstica</b> (grup 5)
De 10.00 a 11.00 h	<b>Gimnàstica</b> (grup 6)
D'11.00 a 12.00 h	<b>Gimnàstica</b> (grup 7)
De 12.00 a 13.00 h	<b>Gimnàstica</b> (grup 8)
De 19.15 a 20.15 h	<b>Gimnàstica</b> (grup 9)

#### Dimecres

De 9.00 a 10.00 h	<b>Gimnàstica</b> (grup 1)
De 10.00 a 11.00 h	<b>Gimnàstica</b> (grup 2)
D'11.00 a 12.00 h	<b>Gimnàstica</b> (grup 3)
De 12.00 a 13.00 h	<b>Gimnàstica</b> (grup 4)
De 17.00 a 18.00 h	<b>Taller d'informàtica</b> (1r nivell)
De 18.00 a 19.00 h	<b>Taller d'informàtica</b> (2n nivell)
De 19.00 a 20.00 h	<b>Taller d'informàtica</b> (3r nivell)
De 19.30 a 20.30 h	<b>Ball country</b> (iniciació)

#### Dijous

De 9.00 a 10.00 h	<b>Gimnàstica</b> (grup 5)
De 10.00 a 11.00 h	<b>Gimnàstica</b> (grup 6)
D'11.00 a 12.00 h	<b>Gimnàstica</b> (grup 7)
De 12.00 a 13.00 h	<b>Gimnàstica</b> (grup 8)
De 18.00 a 19.00 h	<b>Gimnàstica</b> (grup 9)

#### Divendres

De 12.00 a 13.00 h	<b>Ball country</b> (iniciació)
De 18.00 a 19.45 h	<b>Ball del Casal</b> <b>Gratuït</b> (activ. oberta)
De 19.00 a 20.00h	<b>Ball en línia</b>

## CASAL CENTRE CÍVIC

### DEL CARME

#### Dilluns

De 10.00 a 11.00 h	<b>Taller de memòria</b>
D'11.00 a 12.00 h	<b>Taller de memòria</b>
D'11.30 a 12.30 h	<b>Gimnàstica</b>

#### Dimecres

D'11.30 a 12.30 h	<b>Gimnàstica</b>
-------------------	-------------------

## ALTRES ACTIVITATS

+60

### Tots els dimarts i dimecres

Dimarts de 9.30 a 11.00 h.  
Parc del Trenet.

Dimecres de 9.30 a 11.00 h.  
Pg. de la Boca de la Mina.

**Marxa nòrdica**

### Un dimecres al mes

A les 16.30 h a diferents  
espais municipals  
i centres cívics.

**Cinefòrum** **Gratuït**  
"El sentit de la vida".  
Espai visual i de diàleg  
sobre temes que ens  
vinculen amb la vida.

### Tots els primers dimecres de cada mes

De 17.00 a 19.30 h  
al Casal del Centre  
Cívic Mestral

**Cuina fàcil  
i saludable** **Gratuït**

### Un dijous al mes

Els dijous: 13 febrer,  
20 de març, 24 d'abril  
i 22 de maig de 17.00  
a 18.30 h al Club  
Petanca Horts d'en  
Simó (barri Gaudí).

**Projecte** **Gratuït**  
**Intergeneracional**  
"Tothom amb la  
petanca!". Casal de  
Joves i Club Petanca  
Horts d'en Simó.

**També estan adreçades al col·lectiu  
+60 "Les activitats gratuïtes i de curta  
durada" (pàg. 16-18)**





# MATRICULA'T!

 [inscripciones.reus.cat](https://inscripciones.reus.cat) 



INSCRIPCIONS

A PARTIR DEL

3

DE FEBRER



[centrescivics.reus.cat](https://centrescivics.reus.cat)

