

# programació d'hivern

Cursos, tallers i activitats



L'ATENEU  
AJUNTAMENT DE RUBÍ

www.ateneurubi.cat

Carrer Xile 1-3, 08191 Rubí  
ateneu@ajrubi.cat | 935 887 473

@AteneuRubi  
facebook.com/lateneu.rubi

Horari d'obertura:

de dilluns a dijous de 10 a 14 h  
de dimarts a divendres de 16 a 21.30 h  
dissabtes de 10 a 13.30 h

## tastets d'hivern

29 de gener dijous	19 h 21 h	<b>Taller de polseres creatives</b> A càrrec de Mónica Salgado
12 de febrer dijous	19 h 21 h	<b>Personalitza la teva bossa de tela</b> A càrrec de Yasmina Capó
27 de febrer divendres	18.30 h 20.30 h	<b>Cuina creativa: aperitius salats</b> A càrrec de Maria Ruiz
12 de març dijous	19 h 21 h	<b>Estampació de samarretes</b> A càrrec de Yasmina Capó
27 de març divendres	19 h 21 h	<b>Mindfulness: viure el present</b> A càrrec de Marta Virtos i Ana Luna

\* Els tastets són activitats gratuïtes. Cal inscripció prèvia. Places limitades.  
\* Tots els tastets excepte el del 27 de març tindran suplement de material.

## activitats familiars

7 de febrer dissabte	11 h	<b>Màscares de carnaval</b> A càrrec de Yasmina Capó
21 de febrer dissabte	11 h	<b>Fes les teves inicials amb feltre</b> A càrrec de Mercè Herraiz
28 de febrer dissabte	11 h	<b>Manualitats amb rotllos de paper</b> A càrrec de Yasmina Capó
7 de març dissabte	11 h	<b>Portaveles de vidre</b> A càrrec de Yasmina Capó
21 de març dissabte	11 h	<b>Decoració de llibretes</b> A càrrec de Yasmina Capó

### Una Setmana Santa per llepar-se'n els dits!

30 de març dilluns	18 h	<b>Decoració de galetes de Pasqua</b> A càrrec de Maria Ruiz
31 de març dimarts	18 h	<b>Taller de pizettes</b> A càrrec de Maria Ruiz
1 d'abril dimecres	18 h	<b>Taller de cake pops de xocolata</b> A càrrec de Maria Ruiz

\* Les activitats familiars són gratuïtes. Cal inscripció prèvia. Places limitades.  
\* Cal que els infants vinguin sempre acompanyats per una persona adulta.

## cursos i tallers

### DANSA I EXPRESSIÓ CORPORAL

#### Dansa oriental

Descobreix aquest mixt de cultures de la Mediterrània Sud i la península Aràbiga a través de la seva música i dansa.

dimecres de 19 a 20 h - del 28 de gener al 25 de març

A càrrec de Nadia Cisarova  
9 sessions | Preu: 18 €

#### Zumba, exercici i diversió

Posa't en forma i diverteix-te fent exercici aeròbic tot seguint coreografies grupals amb ritmes llatins.

dimecres de 20 a 21 h - del 28 de gener al 25 de març

A càrrec de Nadia Cisarova  
9 sessions | Preu: 18 €

#### Expressió escènica

Treballa de forma lúdica el cos, la veu i la imaginació tot construint personatges en un entorn creatiu i divertit.

dilluns de 19 a 20.30 h - del 26 de gener al 23 de març

A càrrec d'Art Inquiets  
9 sessions | Preu: 27 €

### ART I CREATIVITAT

#### Scrapbooking

Aprèn multitud de processos creatius per personalitzar la teva composició de memòries, records i fotografies!

dilluns de 19 a 21 h - del 2 al 23 de febrer

A càrrec de Mónica Salgado  
4 sessions | Preu: 16 € + suplement de material

### FORMACIÓ EN NOVES TECNOLOGIES

#### Iniciació a la informàtica i a Internet

nivell ● ○ ○

Inicia't en l'ús de l'ordinador i el domini de les funcions bàsiques per desenvolupar-te a Internet.

GRUP MATÍ  
de dilluns a dijous de 09 a 11 h - del 2 al 12 de febrer

GRUP TARDA  
de dilluns a dijous de 16 a 18 h - del 16 al 26 de febrer

#### Escriure ràpid amb l'ordinador

nivell ● ○ ○

Treballaràs amb tècniques de mecanografia per millorar l'agilitat a l'hora d'escriure amb l'ordinador.

GRUP MATÍ  
de dilluns a dijous de 09 a 11 h - del 2 al 12 de març

GRUP TARDA  
de dilluns a dijous de 16 a 18 h - del 2 al 12 de febrer

#### Ofimàtica amb Word i Excel

nivell ● ● ○

Treu profit de les principals funcionalitats d'aquests dos programes de processador de textos i fulls de càlcul.

GRUP MATÍ  
de dilluns a dijous de 09 a 11 h - del 16 al 26 de febrer

GRUP TARDA  
de dilluns a dijous de 16 a 18 h - del 2 al 12 de març

#### Tractament d'imatges amb GIMP

nivell ● ● ●

Descobreix les possibilitats de tractament i retoc d'imatges practicant amb aquest programari de software lliure.

de dilluns a dijous de 16 a 18 h - del 16 al 26 de març

### Fes-te una bufanda de llana!

Teixeix llana i personalitza la teva pròpia bufanda per fer front al fred de l'hivern!

dimecres de 18 a 20 h - del 4 al 25 de febrer

A càrrec de Mercè Herraiz  
4 sessions | Preu: 16 € + suplement de material

### SALUT I BENESTAR

#### Moviment corporal correctiu

Guiats per la música i el moviment del cos milloraràs la vitalitat, tonicitat i elasticitat guanyant en salut física, mental i emocional.

Dimarts de 10 a 11.30 h - del 27 de gener al 24 de març

A càrrec de Javier Gallego  
9 sessions | Preu: 27 €

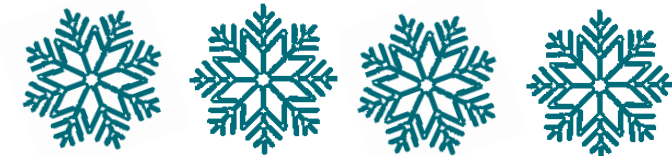
#### Ioga, benestar corporal i mental

Fes salut practicant 'hatha ioga', seqüències de moviments que potencien la consciència corporal i augmenten el benestar general.

GRUP MATÍ  
Dimecres de 10 a 11 h - del 28 de gener al 25 de març

GRUP TARDA  
Dimarts de 19 a 20 h - del 27 de gener al 24 de març

Ambdós a càrrec d'Elisabet Salazar  
9 sessions | Preu: 18 €



### Word i Excel (2)

nivell ● ● ●

Formació adreçada a aprofundir en funcionalitats més avançades d'aquests programes habituals de la ofimàtica.

de dilluns a dijous de 09 a 11 h - del 16 al 26 de març

#### Instruccions per a les formacions en noves tecnologies

- Totes les formacions tenen un total de 8 sessions i un preu de 18 €.
- Les inscripcions dels cursos de formació en noves tecnologies es realitzaran a partir del dilluns 19 de gener trucant al telèfon 935 880 041 en horari de dilluns a divendres de 10 a 14 h i de 16 a 18 h.

\* Trobeu més informació a [www.rubidigital.cat](http://www.rubidigital.cat)



## punts de trobada

### BANC DELS IDIOMES



Diverses persones de la ciutat ja tenen la seva parella lingüística amb qui conversen, practiquen i aprenen una nova llengua. Vols aprendre o practicar algun idioma? Domines i pots ensenyar-ne algun altre? Apunta't i forma part del Banc dels Idiomes!

Aquesta és una iniciativa de l'Espai Jove Torre Bassas, la Biblioteca Municipal Mestre Martí Tauler i l'Ateneu Municipal. Dirigeix-te a qualsevol d'aquests equipaments, demana més informació i apunta't!

### TELECENTRE I ESPAI DE CONNEXIÓ WI-FI



Punt d'accés gratuït a Internet pertanyent a la Xarxa de Telecentres de Rubí. També disposem de connexió Wi-Fi per si voleu portar el vostre dispositiu portàtil.

#### L'horari d'obertura de l'espai d'ordinadors és:

- MATINS: de dilluns a dijous, i dissabtes de 10 a 13 h
- TARDES: De dilluns a divendres de 16 a 21 h

\* L'espai d'ordinadors romandrà tancat durant la realització dels cursos de formació en noves tecnologies recollits en aquesta programació.

### ESPAI SALA NOBLE



La Sala Noble és l'espai interior més gran de l'Ateneu. Sempre que aquest no estigui reservat, la sala resta oberta a l'ús lliure de la ciutadania com a espai relacional on llegir, connectar-se a Internet, jugar amb els infants, etc.

Podeu consultar la disponibilitat setmanalment al web [www.ateneurubi.cat](http://www.ateneurubi.cat) i al plafó d'informació.

## espai d'entitats

### ACTIVITATS ORGANITZADES PER LES ENTITATS

#### Associació de Dones Creatives del Vallès

divendres 23 de gener a les 19 h

##### 'La història i les dones'

Tertúlia amb l'escriptora i historiadora Assumpta Montellà, on es debatrà al voltant de l'ocult protagonisme del paper de la dona en els esdeveniments històrics.

divendres 20 de febrer a les 19 h

##### 'Inquietuds quotidianes'

Tertúlia amb Ana Maria Martínez, primera secretària del Partit Socialista de Catalunya a Rubí, on es debatrà entorn a les necessitats de les famílies que s'en deriven dels efectes de la crisi econòmica.

divendres 6 de març a les 19 h - del 6 al 29 de març

##### Inauguració de la 3a exposició 'Repte de Dones'

Recital de poesia i mostra de dibuixos, disseny gràfic, textos i imatges sota el lema 'Expressa el que sentis', una activitat adherida al Festival Internacional de Poesia i Arts 'Grito de Mujer' i emmarcada en les activitats entorn al 8 de març, Dia Internacional de la Dona.

#### Associació d'Amics de l'Astronomia - TRI-A

Tots els divendres a les 21.30 h

##### Observacions astronòmiques nocturnes

Si us interessa l'astronomia podeu venir a l'Ateneu a realitzar observacions nocturnes des de la torreta de l'edifici mitjançant els telescopis i material tècnic de l'associació, així com consultar arxius i recursos dels que disposem.

#### Registre d'Entitats Ciutadanes de Rubí (REC)

Gestió del registre d'entitats de la ciutat a efectes d'assegurar els canals de comunicació entre les entitats i l'administració i garantir l'accés i participació de les entitats als diferents recursos i convocatòries a la seva disposició.

#### Cessió d'espais

Qualsevol entitat inscrita al Registre d'Entitats Ciutadanes de l'Ajuntament de Rubí (REC) que tingui la documentació actualitzada pot sol·licitar la cessió dels diferents espais de l'Ateneu per a la realització d'activitats no lucratives.

\* Trobeu més informació a [ateneurubi.cat/cessio\\_espais.html](http://ateneurubi.cat/cessio_espais.html)

#### Altaveu comunicatiu

Col·laborem a ampliar l'abast comunicatiu de les entitats a través dels nostres mitjans i canals. Podeu fer-nos arribar el material gràfic i la informació relativa a les vostres activitats al mateix Ateneu o mitjançant l'adreça [ateneu@ajrubi.cat](mailto:ateneu@ajrubi.cat).

## altres serveis

#### Punt d'informació a la ciutadania

Informa't sobre els nostres cursos, tallers, serveis i activitats, recursos per a entitats i associacionisme, i altres esdeveniments socioculturals de la ciutat!

#### Punt permanent d'intercanvi de llibres

Disposem d'un espai actiu d'intercanvi de llibres on podràs donar-ls-hi una nova vida i compartir amb altres usuaris la passió per la lectura.

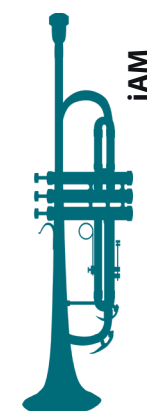
#### Espai expositiu

La Sala Noble i el passadís central de l'Ateneu estan disponibles per acollir exposicions d'entitats i artistes que vulguin mostrar el seu treball a la ciutadania. Contacta amb nosaltres i informa't!

### Associació Jazz Rubí

## 2n Cicle de jazz

Programació de concerts i jam sessions amb l'objectiu de promocionar músics i jazz a través de la música en directe.



JAM SESSIONS\*  
CONCERTS

divendres 9 de gener a les 21 h  
dissabte 21 de febrer a les 19.30 h  
divendres 20 de març a les 21 h

dissabte 24 de gener a les 19.30 h

**MICHAEL GROSMAN TRIO**  
divendres 6 de febrer a les 21 h

**MARIAN BARAHONA QUARTET**  
dissabte 7 de març a les 20.30 h

**JOSEPH DERTEANO QUINTET**

\* Per participar a les jam sessions cal portar instrument propi i dirigir-se a la barra del servei de bar per afegir-se a la dinàmica de la sessió.  
Entrada lliure. Hi haurà servei de bar.

### Societat Teosòfica

Cicle de xerrades i conferències entorn a la Teosofia:

16 de gener divendres 19 h	'Percebent el so universal' Amb Pere Bel
30 de gener divendres 19 h	'L'aura' Amb Margarita López
6 de febrer divendres 19 h	'Evolució de la consciència humana' Amb Mercè Alegria
20 de febrer divendres 19 h	'Desperta el Buda que portes dins' Amb Lama Tenpa (Rafa) i Montse Pellicer
6 de març divendres 19 h	'El cos astral' Amb Pere Clua
20 de març divendres 19 h	'Introducció a l'Agni-loga' (2a sessió) Amb Jesús Jurado

## Inscripcions

- Les inscripcions es faran **únicament de forma presencial** a l'Ateneu Municipal a partir del **dimecres 14 de gener a les 16 h**.
- Cada persona només podrà inscriure un **màxim de dues persones inclosa a sí mateixa**.
- Les inscripcions romandran **obertes fins a exhaurir places**.
- Els **pagaments** s'efectuaran mitjançant pagament en efectiu de l'import exacte un cop confirmada la plaça.
- La devolució de les quanties abonades no s'efectuarà en cap supòsit, excepte quan per causes imputables al servei de l'activitat no es porti a terme. En aquest cas, el preu pagat es retornarà d'ofici a la persona interessada. L'abandonament del curs tampoc suposarà la devolució de l'import abonat.
- L'Ateneu Municipal es reserva el dret de suspendre alguna activitat a la qual no s'hagin inscrit un mínim de participants.

### ATENEU MUNICIPAL DE RUBÍ

📍 Carrer Xile 1-3, 08191 Rubí (Barcelona)

☎ 935 887 473 ✉ [ateneu@ajrubi.cat](mailto:ateneu@ajrubi.cat)

### Segueix-nos a les xarxes socials!

📘 [facebook.com/lateneu.rubi](https://facebook.com/lateneu.rubi)

🗨 @AteneuRubi #rubicity #entitatsRubi



Escaneja aquest codi QR amb el teu dispositiu mòbil, subscriu-te al **butlletí de l'Ateneu** i estigues al cas de tot allò que fem mes a mes!

Organitza:



Ajuntament de Rubí

[www.ateneurubi.cat](http://www.ateneurubi.cat)