



## ART I HUMANITATS

### Un viatge pel món de l'òpera

Breu recorregut per conèixer el gènere operístic: orígens, evolució, obres principals, compositors i protagonistes dins els respectius contextos històrics. Presentació de l'espectacle operístic en conjunt i les principals característiques de l'òpera des de Monteverdi fins a Puccini i el verisme.

**Dimarts, de 20.00 a 21.30 h (10 sessions, inici 5 d'octubre)**

Professorat: Ovidi Cobacho, historiador de l'art i musicòleg  
Lloc: Teatre Kursaal (dimarts 2 de novembre al Centre Cívic Selves i Carner)  
Preu: 40 € (en metàl·lic el primer dia de classe).  
Inscripcions: Centres Cívics, Regidoria Cultura, Telf. 010, www.ajmanresa.cat  
Organitza: Amics de la Música i les Arts Escèniques de la Catalunya Central. -Col·labora: Teatre Kursaal

### L'art del segle XX en relació amb els conflictes bèl·lics

En el marc de l'exposició "Picasso pinta el Guernica" (Centre Cultural el Casino), el curs vol emfatitzar, a partir d'exemples concrets, la relació i les situacions creades en l'activitat artística a causa de les dues guerres mundials, la Guerra Civil Espanyola i els plantejaments revolucionaris d'esquerra a Rússia, Xina i Mèxic.

**Dimecres, de 19.00 a 20.30 h (4 sessions, inici 6 d'octubre)**

Professorat: Teresa Camps, Departament d'Art de la UAB  
Lloc: Centre Cultural el Casino  
Preu: 27 € (domiciliació bancària)  
Inscripcions: Centres Cívics, Regidoria Cultura, Telf. 010, www.ajmanresa.cat  
Organitza: Ajuntament de Manresa. -Col·labora: Escola de Postgrau de la UAB

### Lectura poètica

Lectura i comentari de textos poètics d'autors catalans i estrangers, actuals i antics.

**Dijous, de 20.00 a 21.00 h (7 sessions, inici 11 de novembre, cada segon dijous de mes)**

Professorat: Lluís Calderer, llicenciat en Filologia Catalana, autor de llibres de poesia i narració, traduccions i assaigs  
Lloc: Omnium Cultural del Bages (C/ del Bruc, 99, 1er)  
Preu: 50 € (45 per als socis)  
Inscripcions: secretaria Omnium Cultural del Bages. De dilluns a divendres, de 19.30 a 20.30. Telf. 93.8726321; bages@omnium.cat  
Organitza: Omnium Cultural del Bages

## CIÈNCIA, NATURA I MEDI

### Sortides guiades per l'Anella Verda

Sortides guiades que inclouen temàtiques de botànica, arquitectura, valors patrimonials, agraris i volen donar a conèixer el ric i variat entorn natural i rural de la ciutat.

**Diumenge 3 d'octubre, de 9.00 a 14.00 h** Ruta del Llobregat

Elements a destacar: el Cingle de Roca Tinysosa (Viladordis), la gola del Bigaire, el pont vell del Pont de Vilomara, el pont Foradat, el cingle de Punta Sabata, retorn a la sortida i l'obaga de les Auaules.  
Punt de trobada: església de la Salut de Viladordis  
Col·labora: Delegació del Bages de la ICHN

**Diumenge 24 d'octubre, de 9.00 a 14.00 h** Safari fotogràfic per l'itinerari de natura i modernisme

a l'entorn de la riera de Rajadell  
Elements a destacar: Boscos caducifolis amb abundància d'auró negre, exemples arquitectònics modernistes (la torre Lluvià, la Morera i la torre Gallifa o mas de Guoguera), arbres singulars i paratges bonics (la font de l'Arrel, el gorg blau i la font de la Girada).  
Punt de trobada: Davant pavelló del Nou Congost  
Col·labora: Meandre i Foto Art Manresa

**Diumenge 14 de novembre, de 9.00 a 14.00 h** El regadiu de Viladordis i el Grau

Elements a destacar: els cingles del cementiri de Viladordis i dels Tres Salts, l'antiga masia del Grau, el cim del serrat del Guix amb vistes al Pla de Bages, ruta fins al parc de l'Agulla i retorn seguint la Sequia.  
Punt de trobada: església de la Salut de Viladordis  
Col·labora: Parc de la Sequia i Delegació del Bages de la ICHN

Preu: Gratuït

Inscripcions: meandre.meandre@gmail.com. Possibilitat d'apuntar-se només a sortides concretes, amb almenys dos dies d'antelació. Portar calçat adequat, menjar i beguda.  
Organitza: Comissió de l'Anella Verda

### Sortides naturalistes guiades

Curs de 10 sortides guiades al llarg de l'any a espais naturals de Catalunya i zones properes, que inclouen temàtiques de botànica, zoologia, ecologia, geologia, meteorologia i astronomia, com a mostra representativa de la gran varietat d'ambients naturals catalans.

### Sessions teòriques:

Divendres, de 19.00 a 21.00 h (2 sessions, inici 8 d'octubre)  
De què depen el clima? Clima i vegetació, un recorregut pels diferents biomes terrestres del planeta.  
Lloc: Centre Cívic Selves i Carner

### Sortides:

**Dissabte 16 d'octubre, de 7.15 a 21.00 h** El puig Neulós i els castells de Requesens (Alt Empordà)

Caminarem per suredes i fagedes frondoses on probablement trobarem bolets lligats als sòls silícis, com el mític ou de reig, el bolet dels cèsars. Exposició final amb els bolets trobats.

**Dissabte 6 de novembre, de 7.15 a 21.00 h** La Terreta (Pallars Jussà)

Extensa zona solitària situada al nord-oest del terme de Tremp, un dels millors llocs per observar rapinyaires (vultur, trencaols) i on s'hi troba la roureda de plana d'Aulàs, la més extensa de Catalunya (157 ha).

**Dissabte 11 de desembre, de 8.15 a 20.00 h** Tamarit i la punta de la Móra (Tarragonès)

Petit tram de costa rocallosa on s'intercalen penya-segats de roca calcària amb cales sorrenques. Hi destaca el bosc de la Marquesa amb una subsecia de savina pròpia de les zones costaneres. Visitarem la pedrera romana del Medol, d'interès geològic i botànic.

Professorat: Jordi Badia, Florenci Vallès, biòlegs i Oriol Oms, geòleg

Punt de trobada: entrada de l'Escola Politècnica Superior d'Enginyeria de Manresa (Av. Bases de Manresa, 61-73)  
Preu: gratuït. Cal pagar l'autobús (13 € socis ICHN i 17 € no socis). Les despeses extraordinàries (tiquets d'entrada a museus) aniran a càrrec de l'alumnat.  
Inscripcions: ichnbages@infonegocio.com Telf. 93.3248582. Conformitat obligatòria abans de cada sortida, com a mínim amb una setmana d'antelació. Si es va directament al lloc de destí caldrà avisar l'organització. Portar calçat adequat, menjar i beguda.  
Altres: Reconeixement d'activitat de formació permanent del Departament d'Educació (mèrits).  
Organitza: Delegació del Bages de la Institució Catalana d'Història Natural

### Curs bàsic d'orientació

Coneixements teòrico-pràctics per a fer ús dels elements cartogràfics i d'orientació bàsics en les activitats a l'aire lliure (senderisme, muntanyisme). Aquestes nocions s'aplicaran a l'entorn de les rutes de senderisme de la comarca del Bages.

**Dissabte i diumenge, de 9.00 a 13.00 h (16, 17, 23 i 24 d'octubre)**

Professorat: Antonio Nalda, guia de muntanya i tècnic esportiu en mitja muntanya  
Lloc: Centre Excursionista Montserrat (C/ Vilanova, 24)  
Preu: 100 € (inclou quota de soci i llicència federativa pels dies del curs), 80 € (soci no federat)  
58 € (soci no federat; inclou federativa pels dies del curs), 38 € (soci federat)  
Inscripcions fins el 7 d'octubre: Secretaria CEM. Dilluns, dimarts i dijous, de 19.00 a 22.00 h.

Telf. 938725312; secretaria@centreexcursionistamontserrat.cat  
Altres: Portar una brúxola cartogràfica plana de placa transparent, llapis, regla i llibreta i estar federat.  
Organitza: Centre Excursionista Montserrat

### L'Estat de l'atmosfera: problemes ambientals d'abast local i planetari

Aproximació a l'evolució d'una de les problemàtiques ambientals amb repercussions globals (pluja àcida, efecte hivernacle, reducció de la capa d'ozó, relació entre generació de residus i canvi climàtic) i locals (inversió tèrmica, boirum, afeccions als nuclis urbans). Inclou una visita pràctica a l'estació meteorològica i taller de meteorologia del Camp d'Aprenentatge del Bages (La Culla).

**Dimecres, de 18.30 a 20.00 h (5 sessions, inici 3 de novembre). Visita pràctica de 17.00 a 19.00 h**

Professorat: Josep Maria Casas Sabata, catedràtic i màster en Gestió Ambiental  
Lloc: Centre Cívic Joan Amades  
Preu: 36 € (domiciliació bancària)  
Inscripcions: Centres Cívics, Regidoria Cultura, Telf. 010, www.ajmanresa.cat  
Organitza: Ajuntament de Manresa. -Col·laboren: Escola Politècnica Superior d'Enginyeria de Manresa (UPC) i Camp d'Aprenentatge del Bages.

### Coneixement d'arbres i herbes més comunes al Bages

Curs teòric-pràctic que pretén en cada una de les quatre estacions de l'any (tardor, hivern, primavera i estiu), donar a conèixer les espècies més comunes d'arbres i herbes fora de l'àmbit urbà, identificar-les, conèixer-ne els usos i característiques principals. Cada sortida consta d'una breu descripció de les espècies i observació a través d'un recorregut pràctic.

**Diumenge 21 de novembre, de 9.00 a 13.00 h (Properes sortides: gener, maig i juliol 2011)**

Professorat: Vicenç Muñoz i Xavier Valdés, alpinistes  
Lloc: Centre Excursionista Montserrat (C/ Vilanova, 24)  
Preu: 15 €/sortida (10 per als socis).  
Inscripcions fins dijous abans de cada sortida: Secretaria CEM. Dilluns, dimarts i dijous, de 19.00 a 22.00 h. Telf. 93.8725312; secretaria@centreexcursionistamontserrat.cat  
Altres: Aconsellable portar càmera fotogràfica i bloc per prendre apunts. Cal estar federat.  
Organitza: Centre Excursionista Montserrat

## SALUT I HABILITATS PERSONALS

### Introducció al coaching: una eina per aconseguir els teus objectius

Descobrirem què és el coaching i com augmenta les capacitats de cadascú. Aproximació a aquest procés d'acompanyament per tal d'aconseguir un major autoconeixement de les nostres fortaleses i debilitats, a partir d'incloure en qüestions, problemes i situacions personals i professionals. Un curs per alliberar el teu potencial, concretar què vols i com aconseguir-ho en un temps determinat.

**Dimarts i dijous, de 20.00 a 22.00 h (5 sessions, inici 19 d'octubre)**

Professorat: Jordi Simon, coach i formador, instructor de les Joves Cambres de Catalunya  
Lloc: Jove Cambra de Manresa (Jaume I, 8, 1er pis)  
Preu: 50 € (transferència bancària al número de compte de Caixa Manresa 20410010310040026972)  
Inscripcions: Centres Cívics, Regidoria Cultura, Telf. 010, www.ajmanresa.cat  
Organitza: Jove Cambra Internacional de Manresa

### L'organització de la cuina de cada dia amb menús saludables

Curs dirigit a persones que tenen poc temps i volen millorar els seus coneixements sobre l'alimentació i perdre la por a les facilitats que ens donen les noves tecnologies. Pautes per fer una cuina de mercat amb receptes saludables i senzilles. Es facilitarà receptari i un cuiner professional s'encarregarà de la part pràctica que degustarem tots plegats.

**Dimecres, de 17.00 a 20.00 h (3 sessions, inici 10 de novembre)**

Professorat: Assumpció Zuera (infermera, dietista i expressora de la FUB) i Antoni Minguet (cuiner)  
Lloc: Obrador pastisseria Ceres (C/ Enric Morera, 12, baixos. La Parada)  
Preu: 41 € (domiciliació bancària)  
Inscripcions: Centres Cívics, Regidoria Cultura, Telf. 010, www.ajmanresa.cat  
Organitza: Ajuntament de Manresa. -Col·labora: Escola de Formació Continua de la FUB

### Com parlar bé en públic

Una bona comunicació oral és imprescindible per resoldre amb èxit circumstàncies ben diverses en àmbits professionals i socials (discursos en públic, autopresentacions, informes orals, entrevistes, reunions). Curs de caràcter pràctic amb l'objectiu de desenvolupar i adquirir habilitat expressiva amb el cos i la veu per transmetre missatges amb claredat, seguretat i fluïdesa.

**Dimarts i dijous, de 20.00 a 22.00 h (5 sessions, inici 9 de novembre)**

Professorat: Jordi Simon, coach i formador, instructor de les Joves Cambres de Catalunya  
Lloc: Jove Cambra de Manresa (Jaume I, 8, 1er pis)  
Preu: 50 € (transferència bancària al número de compte de Caixa Manresa 20410010310040026972).  
Inscripcions: Centres Cívics, Regidoria Cultura, Telf. 010, www.ajmanresa.cat  
Organitza: Jove Cambra Internacional de Manresa

### Primers auxilis

T'agradaria saber què fer si tu o algú del teu entorn pateix un accident? Pautes bàsiques d'actuació, introducció als accidents i al sistema sanitari català. Les emergències, les lesions causades per agents externs, patologia traumàtica (cap i extremitats), la farmaciola bàsica i el seu ús.

**De dilluns a dijous, de 17.30 a 20.00 h (4 sessions, inici 22 de novembre)**

Professorat: Formadors/es de l'àmbit de la salut de Creu Roja Manresa  
Lloc: Centre Cívic Joan Amades  
Preu: 60 €  
Inscripcions: Creu Roja Manresa C/ Salexes, 10 (Casa Flors Sirena) Telf. 93.8725644.  
De dilluns a divendres, de 10.00 a 13.00 h  
Organitza: Creu Roja Manresa

## CIÈNCIES SOCIALS

### Els drets i deures de les persones grans

Dins dels actes de presentació del Protocol contra els maltractaments a la Gent Gran, es presenta aquest curs per tal d'abordar qüestions que ens plantejem quan ens fem grans: la necessitat de fer testament i document de voluntats anticipades, la defensa de la nostra integritat física i psíquica i els drets de visita que tenen dels avis respecte els seus nets.

**Dijous, de 16.00 a 18.00 h (4 sessions, inici 7 d'octubre)**

Professorat: Professionals de l'Il·lustre Col·legi d'Advocats de Manresa  
Lloc: Il·lustre Col·legi d'Advocats de Manresa (C/ Sant Joan Baptista La Salle, 4-6, 3er)  
Preu: 15 € (en metàl·lic el primer dia de curs)  
Inscripcions: Centres Cívics, Regidoria Cultura, Telf. 010, www.ajmanresa.cat  
Organitza: Il·lustre Col·legi d'Advocats de Manresa

### Viatge a la terra dels esquimals, caçadors del Gran Nord

Dins del cicle Viatgers Manresans, ens aproximarem als inuit (esquimals): marc històric, geogràfic, l'organització social, religiositat, llegendes, tradicions i la situació actual, a cavall entre les costums ancestrals i els avanços tecnològics. Viatge virtual a Grenlàndia, la darrera frontera humana habitada, i mostra física de la cultura material d'aquest poble.

**Dijous, de 19.00 a 21.00 h (4 sessions, inici 14 d'octubre)**

Professorat: Francesc Bailón, antropòleg i guia de viatges culturals a l'Àrtic  
Lloc: Centre Cívic Selves i Carner  
Preu: 36 € (domiciliació bancària)  
Inscripcions: Centres Cívics, Regidoria Cultura, Telf. 010, www.ajmanresa.cat  
Organitza: Ajuntament de Manresa

### Viatja amb la UNESCO

Tres xerrades de persones que han viatjat a diferents països del món i que ens donaran una visió diferent, basada sobretot en la gent, la cultura, els problemes socials i la vida quotidiana, defugint dels grans circuits turístics. Les sessions seran sobre: l'Iran, experiències de viatge al món en 365 dies i la volta al món en 25 països.

**Dijous, a les 20.00 h (3 sessions, inici 21 d'octubre, cada tercer dijous de mes)**

Viatgers: Jordi Hóss, Mireia Salvador, Marc Elena i Marc Serena  
Lloc: Centre Cultural El Casino  
Preu: Gratuït. No es requereix inscripció prèvia.  
Organitza: Associació d'Amics de la Unesco de Manresa

### La crisi en el capitalisme actual. Fonaments i diferents impactes

Comprensió de la dinàmica de la crisi en el capitalisme. S'analitzaran els elements fonamentals que conformen aquesta crisi avui (dimensions financera-immobiliària, alimentària, energètica, climàtica), se n'avaluaran els impactes socials i les possibles evolucions del capitalisme en el futur (si és que n'hi ha).

**Dimecres, de 19.30 a 21.30 h (5 sessions, inici 3 de novembre)**

Professorat: Membres de Taifa, Seminari d'Economia Crítica  
Lloc: Centre Cultural El Casino  
Preu: 10 € (en metàl·lic el primer dia de classe)  
Inscripcions: Centres Cívics, Regidoria Cultura, Telf. 010, www.ajmanresa.cat  
Organitza: Setem i Cooperatives de Consum l'Almàixera i Rostoll Verd

### Els ismes de la història: pacifisme, liberalisme, culturalisme i socialisme

Anàlisi d'alguns moviments socials que caracteritzen la història en els darrers temps per tal de disposar de claus i elements per comprendre l'evolució i els canvis que caracteritzen la societat actual.

**Dijous, de 19.00 a 20.30 h (4 sessions, inici 11 de novembre)**

Professorat: Arcadi Oliveres, Antoni Moliner, Verena Stolcke i Francesc Bonamusa de la UAB  
Lloc: Centre Cívic Selves i Carner  
Preu: 27 € (domiciliació bancària)  
Inscripcions: Centres Cívics, Regidoria Cultura, Telf. 010, www.ajmanresa.cat  
Organitza: Ajuntament de Manresa. -Col·labora: Escola de Postgrau de la UAB

## AULES PRÀCTIQUES

Lloc: Centre de Capacitació Agrària de Manresa (Av. Universitària 4-6, Edifici FUB)

Per inscripcions simultànies, s'aplicarà un 5% de descompte a partir de la inscripció a un 2on curs i a partir de la inscripció a un 3r curs s'ofereix la subscripció gratuïta a la revista "Agrocultura"  
Inscripcions: Centres Cívics, Regidoria Cultura, Telf. 010, www.ajmanresa.cat  
Organitza: L'Era, Espai de Recursos Agroecològics

### Conèixer i aprofitar bolets, herbes i fruits de tardor

El curs pretén arribar a aquelles persones que volen apropar-se a la natura amb una mirada respectuosa, recuperar el saber popular sobre els usos culinaris i remeiers del bosc a la tardor, facilitant les eines per reconèixer i utilitzar els bolets, els fruits silvestres i les plantes aromàtiques i medicinals.

**Dimarts, de 16.00 a 19.00 h (19, 26 d'octubre i 2 de novembre), sortida dissabte 30 d'octubre, de 10.00 a 13.00 h**

Professorat: Esteve Padueller, herbolari i recol·lector de plantes, Marc Estevez, autor de llibres sobre bolets i Neus Añó, artesana elaboradora de cremes formada en fitoteràpia  
Preu: 70 €; socis 63 € (transferència bancària al número de compte de Caixa Manresa 20410122340040001844)

### Taller de compostatge

Es donaran a conèixer les bases tècniques i es desenvoluparan les habilitats pràctiques per a fer compostatge casola, promovent l'estudi del procés de compostatge i la comprensió dels cicles d'energia, de matèria i de vida, a l'hort i als petits jardins. Un curs per facilitar les eines per fer un compost de qualitat i fer-ne un seguiment en el temps.

**Dissabtes, de 10.00 a 13.00 h (4 sessions, inici 30 d'octubre)**

Professorat: Neus Vinyals, tècnica agrícola, Marta Morea, educadora del Camp d'Aprenentatge del Bages (La Culla)  
Preu: 60 €; socis 54 € (transferència bancària al número de compte de Caixa Manresa 20410122340040001844)

### Taller d'avicultura casolana

Menjar ous de les teves gallines pot ser una activitat molt satisfactoria i no requereix gaire espai. Gallines, oques i ànecs són un bon complement per a un hort d'autoconsum, perquè es mengen les herbes, els llimacs i els cargols i podem aprofitar els seus excrements per adobar o fer compost. Aprenem a organitzar un petit galliner i a cuidar el bestiar amb el màxim de recursos propis.

**Dijous, de 16.00 a 19.00 h (4 sessions, inici 4 de novembre)**

Professorat: Rosa Serra, agrònoma especialitzada en ramaderia ecològica, Ricard Guiu, físic expert en energies renovables i bioconstrucció.  
Preu: 70 €; socis 63 € (transferència bancària al número de compte de Caixa Manresa 20410122340040001844).

## AULA DEL CONEIXEMENT

### Aula del coneixement

Programa d'educació d'adults en l'àmbit no formal, un espai obert a la cultura, al diàleg i a l'aprenentatge social del món que ens envolta per a poder ampliar coneixements, despertar la curiositat per continuar aprenent i poder dialogar, parlar i escoltar als altres. Temàtiques: orígens de Catalunya (s. IX- XIV) -4 sessions-, introducció a l'art contemporani -3 sessions-, anàlisi de la nostra salut -1 sessió-.

**Dimarts, de 18.00 a 20.00 h (8 sessions, inici 5 d'octubre)**

Professorat: Francesc Comas, historiador, Mònica Febrer, doctora en Belles Arts i Carme Badia, metgessa.  
Lloc: Casal de les Escodines (C/ Sant Bartomeu, 50)  
Preu: 50 €/trimestre per a socis d'entitats veïnals i 35 € no socis  
Inscripcions a partir del 13 de setembre: Casal de les Escodines: poldecultura@escodines.cat.  
Tardes, de 16.00 a 20.00 h i divendres, de 9.00 a 12.00 h  
Organitza: Associació de Veïns i Veïnes de les Escodines





## PROCEDIMENT INSCRIPCIÓ:

- Per telèfon, internet o personalment a l'Ajuntament de Manresa i seus de les mateixes entitats organitzadores (consultar en cada cas).

- La matrícula esdevé efectiva quan s'ha pagat l'import. La forma de pagament la trobareu en l'explicació de cada aula/taller.

- Període d'inscripció: comença el dijous 16 de setembre i finalitza, com a norma general, 5 dies abans de l'inici de cada aula/taller. En alguns casos el límit del termini d'inscripció es fixa a l'explicació de l'aula/taller.

- La llista de participants admesos es determinarà per rigorós ordre d'inscripció i es donarà preferència a l'alumnat nou de cada aula/taller.

- L'Ajuntament de Manresa pot anul·lar una aula/taller si no s'arriba a un mínim d'inscrits. Només es retornarà l'import en cas d'anul·lació per causes imputables a la mateixa organització o per manca d'inscrit/es.



## ARTS PLÀSTIQUES I VISUALS

### Els secrets de la ceràmica

Nocions bàsiques per expressar, de forma creativa i artística, l'elaboració de diferents objectes aplicant tècniques de decoració, textures, impressions i calats. Modelarem el fang de baixa temperatura, treballarem el color i l'esmalt.

### Dimarts, de 19.30 a 20.30 h, del 14 de setembre al 21 de juny

Professorat: Rosa Barbé, titulada en arts plàstiques, ceramista  
Preu: 10 €/mes per als socis, 15 €/mes no socis. No inclou material.  
Lloc: Associació de Veïns Sagrada Família (C/Roger de Flor, 39, baixos)  
Inscripcions: Associació de Veïns Sagrada Família. Telf. 938744544; avsafahotmail.com.  
Dimarts, de 10.00 a 12.00 h i dimecres, de 17.00 a 19.00 h  
Organitza: Associació de Veïns Sagrada Família

### Pintura

Adreçat a persones amb inquietuds pictòriques, que volen aprendre a pintar i/o realitzar creacions personals. Es treballarà diferents tècniques partint dels colors primaris: pintura acrílica gran i petit format, ceres a l'aigua, pintura sobre roba, pintura sobre vidre, collage i decoupage.

### Dimarts, de 9.30 a 11.00 h, del 5 d'octubre al 14 de juny

Professorat: Aurora Pérez, tècnica superior en arts plàstiques  
Lloc: Casal de les Escodines (C/Sant Bartomeu, 50)  
Preu: 25 €/trimestre per a socis d'entitats veïnals i 35€ no socis  
Inscripcions a partir del 13 de setembre: Casal de les Escodines; poldecultura@escodines.cat.  
Tardes, de 16.00 a 20.00 h i divendres, de 9.00 a 12.00 h  
Organitza: Associació de Veïns i Veïnes de les Escodines

### Il·lustrem textos màgics

Aprendre maneres de plantejar la il·lustració a partir de les poesies del cicle Tocats de Lletra, tot jugant amb l'espai, la tècnica i el concepte que volem transmetre. A través de tècniques tradicionals i experimentals farem un llibret il·lustrat propi, gaudirem amb la imaginació i sorprendrem el lector-observador amb les nostres creacions.

### Dimecres, de 18.00 a 20.00 h (5 sessions, inici 6 d'octubre)

Professorat: Mercè Galí, il·lustradora graduada a l'Escola Llotja de Barcelona, ha publicat a diverses editorials, a Cavall Fort i Tatano (www.mercegalí.com)  
Lloc: Centre Cívic Selves i Carner  
Preu: 23 € (domiciliació bancària) Inclou material  
Inscripcions: Centres Cívics, Regidoria Cultura, Telf. 010, www.ajmanresa.cat  
Organitza: Ajuntament de Manresa

### Ceràmica

Introducció al món de la ceràmica a partir de la descoberta del fang, la creació amb les mans i la modificació de la matèria a partir de les tècniques del xurro, la planxa, el volum i el modelat. Es decoraran peces utilitzant engalves, esmalts i esgrafiat.

### Divendres, de 10.00 a 11.30 h, del 8 d'octubre al 17 de juny

Professorat: Aurora Pérez, tècnica superior en arts plàstiques  
Lloc: Casal de les Escodines (C/Sant Bartomeu, 50)  
Preu: 25 €/trimestre per a socis d'entitats veïnals i 35€ no socis  
Inscripcions a partir del 13 de setembre: Casal de les Escodines; poldecultura@escodines.cat.  
Tardes, de 16.00 a 20.00 h i divendres, de 9.00 a 12.00 h  
Organitza: Associació de Veïns i Veïnes de les Escodines

### Som artistes. Art contemporani i reciclatge

A partir de la visita a l'exposició "Construccions lliriques" de l'escultor Leandre Cristòfol i el fotògraf Man Ray (Centre Cultural El Casino) farem una aproximació a l'art contemporani i reflexionarem sobre les controvèrsies que genera. Per tal d'experimentar el rol de l'artista en primera persona realitzarem objectes amb materials reciclats i una obra final, un objecte constructiu inspirat en textos poètics.

### Dimecres de 19.00 a 21.00 h (7 sessions, inici 24 de novembre :24 de nov. 1, 15, 22 de des. 12, 19 i 26 de gener)

Professorat: Sofia Gómez, dissenyadora gràfica i il·lustradora, ha exposat com a creadora a diversos espais  
Lloc: Centre Cívic Selves i Carner  
Preu: 32 € (domiciliació bancària) Material: 6,5 € aprox. (en metàl·lic el primer dia de classe)  
Inscripcions: Centres Cívics, Regidoria Cultura, Telf. 010, www.ajmanresa.cat  
Organitza: Ajuntament de Manresa

### Tallers monogràfics de l'Escola d'Art

#### Lloc: Escola d'Art de Manresa (C/ Infants, 2)

Informació i inscripcions: Telf. 93.8726369; escolaarts@ajmanresa.cat; www.escolaart-manresa.cat.  
Horaris secretaria: de dilluns a divendres, de 9.00 a 14.00, i dimarts, de 16.00 a 20.00 h.  
Organitza: Escola d'Art de Manresa

### Fusió. Noves tècniques de ceràmica

Dimarts, de 9.00 a 12.30 h  
Torn Dimarts i dijous, de 17.00 a 20.30 h  
Ceràmica Dimarts i dijous, de 17.00 a 20.30 h  
Ceràmica artística Dimecres, de 17.00 a 20.30 h  
Transformem l'argila en escultura! Dilluns de 17.00 a 20.30 h  
Experimentem amb la pintura! Dilluns, de 9.00 a 12.30 h  
Dibuix i pintura Dimecres, de 9.30 a 12.30 i de 17.00 a 20.30 h  
Taller de gravat. Introducció als procediments de gravat no tòxic Dilluns, de 17.00 a 20.30 h  
Híbrids. Procediments d'impressió fotogràfica aplicats al llibre d'art Dijous, de 17.00 a 20.30 h  
Taller d'estratègies. Projectes personals dins diversos àmbits artístics Divendres, de 10.00 a 13.00 h  
Serigrafia Dimecres, de 17.45 a 21.00 h  
Imatge digital Dimarts, de 18.00 a 20.00 h

## TEATRE

### Pràctica teatral i oci

A través de la pràctica de l'art dramàtic iniciarem la creació d'un grup estable per tal de participar en manifestacions lúdiques anuals. Coneixerem i aplicarem el comportament escènic, la improvisació, l'espai teatral, el llenguatge no verbal i l'escenificació dins el procés de creació d'un espectacle en viu.

### Dimarts, de 20.30 a 22.30 h, del 5 d'octubre al 21 de juny

Professorat: Jordi Doderó, professor de teatre amb titulació de la UAB i Institut del Teatre de Barcelona  
Preu: 10 €/mes per als socis, 15 €/mes no socis. Inclou material.  
Lloc: Associació de Veïns Sagrada Família (C/Roger de Flor, 39, baixos)  
Inscripcions: Associació de Veïns Sagrada Família. Telf. 938744544; avsafahotmail.com.  
Dimarts, de 10.00 a 12.00 h i dimecres, de 17.00 a 19.00 h  
Organitza: Associació de Veïns Sagrada Família

### Tècniques internes de l'espectacle

Electricistes, atrezistes, escenògrafs, sonoritzadors i tramoies realitzen funcions indispensables dins el procés escènic. Des de la pràctica amateur crearem equips de treball per dur a terme aquestes funcions dins d'un pla d'activitats relacionades amb l'espectacle. Calen nocions bàsiques en l'especialitat que es vol executar (electricitat, fusteria, dibuix o so).

### Dijous, de 20.30 a 22.30 h, del 7 d'octubre al 30 de juny

Professorat: Jordi Doderó, professor de teatre amb titulació de la UAB i Institut del Teatre de Barcelona  
Preu: 10 €/mes per als socis, 15 €/mes no socis. Inclou material.  
Lloc: Associació de Veïns Sagrada Família (C/Roger de Flor, 39, baixos)  
Inscripcions: Associació de Veïns Sagrada Família. Telf. 938744544; avsafahotmail.com.  
Dimarts, de 10.00 a 12.00 h i dimecres, de 17.00 a 19.00 h  
Organitza: Associació de Veïns Sagrada Família

## ARTESANIA I DECORACIÓ

### L'art de construir pessebres

Què és el pessebre? Com construir-lo i amb quins materials? Aprendre les diferències entre el pessebre popular i artístic, el treball de la perspectiva i de les figures, tot plegat per acabar realitzant un pessebre o diorama.

### Dilluns i dijous, de 18.00 a 20.00 h (10 sessions, inici 4 d'octubre)

Professorat: Vidal Orive i Josep Mª Cots, historiadors i pessebristes  
Lloc: Local social Grup Pessebrístic de Manresa (C/ Alcalde Armengou, 87, baixos)  
Preu: 20 € (en metàl·lic el primer dia de classe)  
Inscripcions: Centres Cívics, Regidoria Cultura, Telf. 010, www.ajmanresa.cat  
Altres: cal portar bata de treball, ganivet i/o cúter.  
Organitza: Grup Pessebrístic de Manresa

### Restauració d'antiguitats

Aprendre de manera pràctica i divertida a restaurar petits objectes de fusta i altres materials. Decaparem, pulirem, tenyirem, encerarem, envernissarem, encolarem i ens aproximarem, mentre treballam, als diferents estils i èpoques del mobiliari i de les antiguitats en general. Cal portar una petita peça per restaurar.

### Dimarts, de 17.00 a 20.00 h (10 sessions, inici 5 d'octubre)

Professorat: David Rigau, arqueòleg de formació, fa més de 15 anys que es dedica a la restauració i a la compra-venta d'antiguitats  
Lloc: Centre Cívic Joan Amades  
Preu: 69 € (domiciliació bancària; opció pagament fraccionat: octubre 35 € i novembre 34 €).  
Material: 9 € aprox. (en metàl·lic el primer dia de classe)  
Inscripcions: Centres Cívics, Regidoria Cultura, Telf. 010, www.ajmanresa.cat  
Organitza: Ajuntament de Manresa

### Creativitat amb objectes quotidians

Decoració d'objectes quotidians (ampolles, pots, plats, capsos, testos, figures, petits mobles, marcs de fotografies), modificant-ne el seu aspecte original i a partir de tècniques de decoració de pintura, marbrejats, drapejat, marqueria, mosaic, envellits, patines daurades, platejades, coure i bronze.

### Dimarts, de 16.00 a 18.00 h, del 5 d'octubre al 14 de juny

Professorat: Aurora Pérez, tècnica superior en arts plàstiques  
Lloc: Casal de les Escodines (C/Sant Bartomeu, 50)  
Preu: 25 €/trimestre per a socis d'entitats veïnals i 35€ no socis  
Inscripcions a partir del 13 de setembre: Casal de les Escodines; poldecultura@escodines.cat.  
Tardes, de 16.00 a 20.00 h i divendres, de 9.00 a 12.00 h  
Organitza: Associació de Veïns i Veïnes de les Escodines

### Artesania amb flors i plantes

Taller per descobrir plantes i flors i aprendre a crear espais plens d'alegria i harmonia personal i grupal. Ens endinsarem en la sensibilitat del món vegetal a partir de la creació d'un mandala amb flors, un oli aromàtic, un unguent amb calendula i elements decoratius de cara a les festes nadalzenques.

### Dijous, de 10.00 a 12.00 h (11 sessions, inici 7 d'octubre)

Professorat: Anna Caparrós, formada en florística i terapèutica floral  
Lloc: Casal de les Escodines (C/Sant Bartomeu, 50)  
Preu: 25 €/trimestre per a socis d'entitats veïnals i 35€ no socis  
Inscripcions a partir del 13 de setembre: Casal de les Escodines; poldecultura@escodines.cat.  
Tardes de 16.00 a 20.00 h i divendres, de 9.00 a 12.00 h  
Organitza: Associació de Veïns i Veïnes de les Escodines

### Patchwork

Taller de creativitat artística a través de retalls de robes i de diverses textures tèxtils.

### Dijous, de 17.00 a 19.00 h, del 7 d'octubre al 16 de juny

Professorat: Teresa Fontanet, artesana tèxtil

Lloc: Casal de les Escodines (C/Sant Bartomeu, 50)  
Preu: 25 €/trimestre per a socis d'entitats veïnals i 35€ no socis  
Inscripcions a partir del 13 de setembre: Casal de les Escodines; poldecultura@escodines.cat.  
Tardes, de 16.00 a 20.00 h i divendres, de 9.00 a 12.00 h  
Organitza: Associació de Veïns i Veïnes de les Escodines

### Collage amb fulles i flors

A través dels elements naturals que ens proporciona la tardor, connectarem amb la bellesa de les seves formes i colors. Ens transportarem i relaxarem a través de l'activitat sensitiva i creativa que suposa la realització de mandales i altres creacions florals.

### Dijous, de 17.00 a 19.30 h (8 sessions, inici 7 d'octubre)

Professorat: Anna Caparrós, formada en florística i terapèutica floral  
Lloc: Centre Cívic Joan Amades  
Preu: 46 € (domiciliació bancària). Material: 17 € aprox. (en metàl·lic el primer dia de classe)  
Inscripcions: Centres Cívics, Regidoria Cultura, Telf. 010, www.ajmanresa.cat  
Organitza: Ajuntament de Manresa

### Restauració de llibres

Introducció a la conservació i restauració del propi patrimoni documental, a partir de la visita al taller de restauració professional de l'Arxiu Comarcal del Bages. Aprendre a respectar llibres i documents, a manipular-los, emmagatzemar-los correctament, intervindrem sobre paper i pergami en els diferents processos de neteja, consolidació i reintegració.

### Dimecres, de 16.00 a 18.00 h (7 sessions, inici 20 d'octubre)

Professorat: Mònica Megino, conservadora i restauradora de l'Arxiu Comarcal del Bages  
Lloc: Arxiu Comarcal del Bages (Via Sant Ignasi, 40)  
Preu: 32 € (domiciliació bancària). Material: 36 € aprox (en metàl·lic el primer dia de classe)  
Inscripcions: Centres Cívics, Regidoria Cultura, Telf. 010, www.ajmanresa.cat  
Organitza: Ajuntament de Manresa. -Col·labora: Arxiu Comarcal del Bages

### Cistelleria tradicional catalana

La tècnica de teixir branques amb finalitats pràctiques és molt antiga i a cada país s'adapta a les característiques climàtiques i vegetals pròpies. Es donaran a conèixer algunes tècniques que caracteritzen aquest ofici al nostre país a partir de la realització amb les nostres mans d'un teixit amb 36 vimets, que donarà com a resultat una panera amb un dibuix cèltic.

### Dissabte, de 10.00 a 14.00 i de 16.00 a 19.00 h (Grup 1: 13 de novembre o Grup 2: 20 de novembre)

Professorat: Mónica Guisera i Joan Farré, cistellers artesans  
Lloc: Centre Cívic Joan Amades  
Preu: 16 € (domiciliació bancària) Material: 6 € aprox. (en metàl·lic el primer dia de classe)  
Inscripcions: Centres Cívics, Regidoria Cultura, Telf. 010, www.ajmanresa.cat  
Organitza: Ajuntament de Manresa

### Ikebana, ka-dô, el camí de les flors

Ikebana és una forma d'art floral japonès que permet crear a través de les flors. Cada Ikebana serà irrepètible, perquè depèn de les circumstàncies del moment, el nostre estat d'ànim i el material utilitzat. Taller eminentment pràctic, que oferirà els conceptes bàsics d'aquest art, emmarcat dins la història i cultura japoneses.

### Dissabtes, de 17.00 a 19.00 h (7 sessions: 13 de novembre, 11 de desembre, 15 de gener, 12 de febrer, 12 de març, 9 d'abril i 7 de maig)

Professorat: Carme Huch, formada a l'escola d'Ikebana Hanamizuki i amb Azusa Kito i Ka-dô i Anna Sabaté.  
Lloc: Local de Bonsai Natura (Plaça Oleguer Miró, 34, baixos)  
Preu: 95 € (en metàl·lic el primer dia de classe) Inclou flors i dossier  
Inscripcions: Centres Cívics, Regidoria Cultura, Telf. 010, www.ajmanresa.cat  
Organitza: Bonsai Natura. Associació Bonsai del Bages

## MÚSICA

### Guitarra flamenca

El taller ofereix la possibilitat de dos nivells de formació: Iniciació a l'estudi i coneixement de la guitarra amb l'aprenentatge de temes musicals de fàcil

execució, estudi del compàs i presa de contacte amb alguns "palos" flamencs. El primer nivell, aprofundirà en els aprenentatges anteriors i s'orienta cap a l'acompanyament dels "cantaors", i, a llarg termini, poder realitzar concerts.

### Dilluns i dijous, de 20.30 a 22.00 h, de mitjans de setembre a mitjans de juliol

Professorat: Paco Galan  
Lloc: Centre Cívic Joan Amades  
Preu: 30 €/mes  
Inscripcions: Francisco Bernal (609766078; 93.8721234)  
Organitza: Centre Cultural d'Andalusia a Manresa

### Coro rociero

Iniciació a la disciplina de cant en cor, a partir de teoria i pràctica del ritme, compàs i harmonia dels cants més usuals. Al finalitzar el curs hi ha la possibilitat de formar part d'un dels cors ja existents a Manresa i comarca.

### Dimecres, de 20.30 a 22.30 h, de mitjans de setembre a mitjans de juliol

Professor: Paco Galan i Rafa Pulido  
Lloc: Centre Cívic Joan Amades  
Preu: 15 €/mes  
Inscripcions: Maria del Carmen Giménez Telf. 93.8774920  
Organitza: Centre Cultural d'Andalusia a Manresa

### Educació de la veu i tècniques de respiració

Com fer servir la veu de manera sostenible?. Els òrgans de la veu, educació de la respiració i eines per incrementar el benestar de la persona tant en situacions de la vida quotidiana com en els casos que la comunicació oral és una eina laboral imprescindible.

### Dilluns, de 20.00 a 21.30 h (9 sessions, inici 4 d'octubre)

Professorat: Sílvia Blavia, llicenciada en arts escèniques  
Lloc: Casal de les Escodines (C/Sant Bartomeu, 50)  
Preu: 25 €/trimestre per a socis d'entitats veïnals i 35€ no socis  
Inscripcions a partir del 13 de setembre: Casal de les Escodines; poldecultura@escodines.cat.  
Tardes de 16.00 a 20.00 h i divendres, de 9.00 a 12.00 h  
Organitza: Associació de Veïns i Veïnes de les Escodines

## DANSES I BALLS

### Ball flamenc

El taller ofereix la possibilitat de dos nivells de formació: Iniciació, que oferirà els coneixements bàsics per tal d'iniciar-se al ball flamenc i un primer nivell per continuar avançant en aquesta disciplina. Hi haurà classes tèriques i pràctiques de compàs, exercicis de peus i mans i els primers passos dels diferents balls (fandangos, rumbes, tangos, tientos, bulerías, siguirilla, soleá).

### Dimarts i dijous, de 18.00 a 19.00 h (Iniciació) de 19.00 a 20.00 (Primer nivell), de mitjans de setembre a mitjans de juliol

Preu: 25 €/mes  
Lloc: Centre Cívic Joan Amades  
Inscripcions: Francisco Bernal (609766078; 93.8721234)  
Organitza: Centre Cultural d'Andalusia a Manresa

### Country – line dance (Balls en línia)

Al ritme de la música el country treballa la lateralitat, l'orientació i la memòria, i és apte per a totes les edats.

### Dilluns i divendres, de 17.00 a 18.30h (iniciació) i dilluns, de 18.00 a 19.30 h (nivell 1), del 20 de setembre al 27 de juny

Professorat: Àngels Riba, instructora titulada per L.D.A line dance  
Preu: 27 €/trimestre per als socis, 37 €/mes no socis  
Lloc: Associació de Veïns Sagrada Família (C/Roger de Flor, 39, baixos)  
Inscripcions: Associació de Veïns Sagrada Família. Telf. 938744544; avsafahotmail.com.  
Dimarts, de 10.00 a 12.00 h i dimecres, de 17.00 a 19.00 h  
Organitza: Associació de Veïns Sagrada Família

Dances catalanes i d'influència mediterrània Aprofundirem en l'aprenentatge de balls típicament catalans com les contradances, les jotes i d'altres d'arreu posant especial èmfasi en els d'influència mediterrània.

### Dilluns, de 20.00 a 22.00 h (10 sessions, inici 27 de setembre)

Professorat: Ramon Cardona, músic i professor de danses tradicionals a Lleida, Vic i Barcelona  
Lloc: Per determinar  
Preu: 50 € (en metàl·lic el primer dia de classe)  
Inscripcions: Centres Cívics, Regidoria Cultura, Telf. 010, www.ajmanresa.cat  
Organitza: Agrupació Cultural del Bages

### Ball de bot: jotes i boleros

Aprendre balls de plaça mallorquins (jotes i boleros) des d'un nivell inicial.

### Dilluns, de 19.00 a 20.30 h (12 sessions, inici 4 d'octubre)

Professorat: Auba Fortuny, exmembre d'un grup de ball de bot a Mallorca  
Lloc: Sala Mestre Blanc (C/ Mestre Blanc, 2)  
Preu: 55 € (en metàl·lic el primer dia de classe)  
Inscripcions: Centres Cívics, Regidoria Cultura, Telf. 010, www.ajmanresa.cat  
Organitza: Agrupació Cultural del Bages

### Aprenem a ballar sardanes

Aprendre a ballar, a comptar i a repartir les sardanes. Escoltarem i reconeixem la cobla i la seva versatilitat en diferents àmbits.

### Dimecres, de 19.00 a 20.30 h (6 sessions, inici 6 d'octubre)

Professorat: Monitors i monitors del Foment de la Sardana de l'Agrupació Cultural del Bages  
Lloc: Agrupació Cultural del Bages (C/Talamanca, 15, baixos)  
Preu: 20 €  
Inscripcions: Agrupació Cultural del Bages. Telf. 93.8724926  
Organitza: Agrupació Cultural del Bages

### Biodansa, la dansa de la vida

La biodansa és un sistema de creixement personal creat fa 40 anys i els seus fonaments teòrics provenen de la biologia. L'objectiu principal de la biodansa és estar en harmonia amb un mateix, amb les persones que ens envolten i amb l'entorn. S'utilitza una combinació entre música, moviment i vivències, que formen una unitat coherent amb les emocions.

### Dimecres, de 18.15 a 20.15h, del 6 d'octubre al 22 de juny

Professorat: Mary Caetano, psicòloga i conductora de biodansa des de fa 16 anys  
Lloc: Centre Cívic Selves i Carner  
Preu: 24 €/mes (en metàl·lic el primer dia de classe)  
Altres: Portar roba còmoda i mitjons  
Organitza: Associació Cultural La Casa de les Formigues

### Ball country

Ideal per a persones que a través de la música i el ball volen ampliar les seves capacitats d'expressió corporal, treballar la memòria musical, la creativitat artística i expressiva personal.

### Divendres, de 19.30 a 20.45 h, del 8 d'octubre al 17 de juny

Professorat: Àngels Riba, instructora titulada per L.D.A line dance  
Lloc: Casal de les Escodines (C/Sant Bartomeu, 50)  
Preu: 25 €/trimestre per a socis d'entitats veïnals i 35€ no socis  
Inscripcions a partir del 13 de setembre: Casal de les Escodines; poldecultura@escodines.cat.  
Tardes de 16.00 a 20.00 h i divendres, de 9.00 a 12.00 h  
Organitza: Associació de Veïns i Veïnes de les Escodines

### Dances tradicionals i balls de plaça

Ens iniciarem a l'aprenentatge dels balls de plaça com la masurca, el xotis, la polka, la jota, el pas doble, el vals i diverses danses tradicionals catalanes i d'arreu del món.

### Dimecres, de 20.30 a 22.00 h, del 13 d'octubre al 30 de març

Professorat: Maria Navarrete, exdansaire de l'Esbart Manresa i especialista en danses tradicionals  
Lloc: Agrupació Cultural del Bages (C/Talamanca, 15)  
Preu: 50 €/trimestre (en metàl·lic el primer dia de classe)  
Inscripcions: Centres Cívics, Regidoria Cultura, Telf. 010, www.ajmanresa.cat  
Organitza: Agrupació Cultural del Bages

## DESCOMPTES: GENT GRAN ACTIVA 3 X 2 !!!

Inscrivint-vos simultàniament a dues propostes formatives del Bloc A, tens una proposta formativa gratuïta del Bloc B. Beneficiaris: persones majors de 60 anys. Inclou amistats o familiars del quals ens heu de facilitar nom, data de naixement, DNI, telèfon, correu electrònic i adreça.

**Bloc A:** - L'organització de la cuina de cada dia amb menús saludables (41 €)  
- Restauració d'anguitats (69 €)  
- Collage amb fulles i flors (46 €)

**Bloc B:** - Els ismes de la història: pacifisme, liberalisme, culturalisme i socialisme (27 €)  
- L'art del segle XX en relació amb els conflictes bèl·lics (27 €)  
- Il·lustrem textos màgics (23 €)

Coordina i organitza: Ajuntament de Manresa