

Cursos d'auto-maquillatge

Cursos de 7 hores, on aprendreu d'una manera molt pràctica a maquillar-vos.
Primer dia: **Teoria**. Identificar els tipus de pell, explicació dels productes i factors a tenir en compte a l'hora de maquillar (2 hores)

Segon dia: **Maquillatge de Dia i Maquillatge Exprés** (2'5 hores)

Tercer dia: **Maquillatge de nit** (2'5 hores)

Els cursos s'ofereixen fer els dilluns o els dissabtes.

Horari del curs en dilluns:

1er dia: dilluns de 19.00 h a 21.00 h

2on i 3er dia: dilluns de 19.00 h a 21.30 h

Horari del curs en dissabte:

1er dissabte de 09.00 h a 11.00 h

2on i 3er dissabtes, de 09.00 h a 11.30 h

Preu: 54 €

Inici dels cursos:

Dilluns 31 d'octubre

Dilluns 21 de novembre

Dissabte 19 de novembre

Dissabte 14 de gener

Formadora: Cristina Radovan Pineda/Maquilladora Professional

Taller d'imatge i moda

Vols aprendre a vestir-te adequadament per totes les ocasions i conèixer la teva figura? Ara ho pots fer al teu poble. La Charo Ruiz, assessora d'imatge personal, t'explicarà tot el que pots saber sobre la moda, els complements, les formes del teu cos i la teva figura, per treure't el màxim partit i sentir-te més guapa.

Taller de 4 hores lectives.

Dissabte 15 i 22 d'octubre de 18.00 h a 20.00 h o

Dissabte 28 de gener i 4 de febrer 18.00 h a 20.00 h

Preu: 29 euros

Imparteix: Charo Ruiz, titulada en assessoria d'imatge personal i personal shopper.

MANUALITATS I CREATIVITAT

CURS D'INTRODUCCIÓ A L'ESMALT AL FOC SOBRE COURE

L'esmalt al foc consisteix en l'aplicació de pigments vítrics sobre metall (coure, plata i or) i la seva posterior cocció a 750/1100 graus. Mitjançant aquest procés, l'esmalt queda adherit al metall. El resultat és una peça suau, resistent, brillant, que manté els colors vius per sempre més.

Inici: dimecres 5 d'octubre

Horari: 19.00 h a 21.00 h

Preu/mes: 37 €



EL MÓN DE LES MANUALITATS

T'ensenyem a treballar: seda, paper reciclat, collage, pintura sobre metall, teules...

Dues hores cada dimarts. Pots venir entre les 15.30 h i les 19.00 h.

Formadora: M. Jesús Presa. Preu/mes: 38 €

TREBALLA EL VIDRE

Aprèn les diferents tècniques del vidre

Cada dimarts, de 19.00 h a 21.00 h

Formadora: M. Jesús Presa. Preu/mes: 38 €

CONCERTS ACÚSTICS

CONCERT ACÚSTIC DE MIQUEL ABRAS + Artista convidat

Dia: dissabte 22 d'octubre a les 23.00 h a la Sala Auditori.

Entrada: 10 €

CONCERT ACÚSTIC DE QUIM VILA + Artista convidat.

Dia: dissabte 03 de desembre a les 23.00 h a la Sala Auditori

Entrada: 10 €

Organitza: Blue Produccions Musicals



Aula d'Estudi i Treball en grup

A partir del proper dimecres 5 d'octubre de 4 a 7 de la tarda, l'Ajuntament de Campdevàrol posa a disposició de tots els estudiants d'ESO, Cicles Formatius, Batxillerat o joves universitaris una **Aula d'Estudi** i una **Aula Grup** per a poder estudiar i realitzar treballs en grup.

Els usuaris tindran també a la seva disposició **12 ordinadors amb connexió a Internet i xarxa wi-fi per a ordinadors portàtils.**



Punt d'informació Juvenil

El tècnic de joventut, a més de vetllar pel bon funcionament i correcte ús de l'espai, gestionarà la possibilitat de contractar professors particulars per a fer **clASSES de repàs per a grups** o bé individuals, ja sigui per temes puntuals o per matèries, i amb la regularitat que es desitgi. Les classes es podran fer al mateix Centre Cívic dins de l'horari establert.

El nostre tècnic de joventut, l'Eudald Hueso, a més de vetllar pel bon funcionament i correcte ús de l'espai, gestionarà la possibilitat de contractar professors particulars per a fer **clASSES de repàs per a grups** o bé individuals, ja sigui per temes puntuals o per matèries, i amb la regularitat que es desitgi. Les classes es podran fer al mateix Centre Cívic dins de l'horari establert. El nostre tècnic de joventut romandrà a disposició de tots els joves que ho desitgin per tal d'oferir-los informació, orientació i tots els recursos sobre temes que com a joves els poden interessar:

-Educació i Formació: Proves d'accés, Formació Professional, PQPT, Educació en el Lleure, Graus...

-Habitatge: Renda bàsica d'emancipació, Ajuts per al lloguer, Borsa d'Habitatge Comarcal, Allotjament per a estudiants...

-Vacances i Estades: Camps de Treball, Colònies, activitats d'estiu, Albergos Nacionals i Internacionals...

-Associacionisme: Com crear una entitat juvenil, Subvencions de la Direcció General de Joventut,...

-I també: Salut i prevenció, Mobilitat juvenil, Cultura, Bus de la festa,...

BUSQUES FEINA? VINE I T'ASSESSOREM!

Serveis que oferim en matèria d'ocupació:

- ➔ **Vine, connecta't i recerca noves feines (accés a Internet gratuït)**
- ➔ **Servei d'atenció individualitzada al desocupat, inserció laboral i seguiment**
- ➔ **Cartellera amb informació dels cursos adreçats a les persones desocupades i al reciclatge de les persones treballadores**
- ➔ **Tallers d'ocupació: eines per la recerca de feina i altres recursos, com fer una carta de presentació, com pots superar amb èxit una entrevista de feina...**

Amb el suport de: Servei d'Ocupació de Ripollès Desenvolupament i serveis d'ocupació de la UIER

EXPOSICIÓ

Exposició: "Quin temps tenim? L'organització de la vida quotidiana" cedida gratuïtament per l'Institut Català de les Dones

Del 23 de setembre al 30 d'octubre de 2011.

Les dificultats per harmonitzar la vida laboral, la personal i la familiar han convertit la gestió del temps en una de les qüestions prioritàries per al benestar de les persones. Per què ens falta temps? Com es pot fer compatible la jornada laboral amb les necessitats de cura i atenció de les persones? Qui se n'ha d'ocupar? Els rols tradicionals de gènere, que assignaven les tasques de reproducció i sosteniment de la vida a les dones, ja no tenen vigència i és necessària una reorganització del temps per poder garantir el benestar de les persones.

Aquesta exposició està formada per 15 panells explicatius que estaran distribuïts per diferents espais dels municipi: l'Ajuntament, el centre cívic "La Confiança", el CAP... Aquesta exposició ha estat sol·licitada dins el programa de la Llei de Barris de Campdevàrol.

Més informació al Centre Cívic La Confiança, en horari d'atenció al públic

Plaça Anselm Clavé, 6 de Campdevàrol
T. 972 73 00 19 extensió número 4 (Turisme i Cultura)
correu electrònic: turisme@campdevanol.org
www.campdevanol.org

Punt Tic: Vine i connecta't a Internet

Disposem de 12 ordinadors amb connexió gratuïta a Internet durant 1 hora diària. També pots venir amb el teu portàtil i connectar-te a la nostra xarxa Wifi.
Nota: Menors de 14 anys, han d'anar acompanyats d'un adult major de 18 anys.

Organitza i promou:



Col·labora:



CENTRE CÍVIC LA CONFIANÇA

*Quan s'acaba l'estiu, ACTIVA'T!
Innovem per a tu!*

PROGRAMACIÓ

**TARDOR
HIVERN
2011-2012**

Campdevàrol



MOU-TE!

Tonificació

Reforça la musculatura a través d'exercicis gimnàstics: abdominals, cames, glútils... Guanyaràs força i et mantindràs en bon estat físic.

Steps

Activitat coreografiada sobre la base (step), millorarà la coordinació, la resistència aeròbica i guanyaràs to muscular. Tot això al ritme de la música.

Gent Gran

Diferents exercicis gimnàstics per mantenir-te en bon físic, amb exercicis adaptats a la teva edat, força, equilibri, coordinació...

Inici 1er trimestre: Del 5 d'octubre al 21 de desembre (11 sessions), a la Sala Auditori. Preu mensual: 16 € (pagament trimestral de 48 €)

Horaris:

Gent Gran, dimecres de 18.00 h a 19.00 h

Tonificació, dimecres de 19.00 h a 20.00 h

Steps, dimecres de 20.00 h a 21.00 h

Dansa del Ventre

La dansa del ventre és una de les més antigues del món, es ballava als pobles de l'Orient mitjà i al nord d'Àfrica, on sempre ha estat lligada a la fertilitat i al culte a la mare Terra.

Els dijous, de 19.00 h a 20.15 h, a la Sala Auditori

Inici 1er trimestre: Del 6 d'octubre al 15 de desembre (10 sessions)

Preu mensual: 16 € (pagament trimestral de 48 €)

Estira't, cuida't i flexibilitza el teu cos fent estiraments

Amb la pràctica de l'estirament, estaràs més flexible (reduïx la tensió muscular i relaxa tot el cos). Evitaràs possibles contractures i altres lesions. Redueix els dolors posturals. Millora la respiració. Augmenta el rendiment esportiu. Et sentiràs més jove i més alt/alta.

Formadora: Silvia Portabella. Fisioterapeuta Col. 2652

Horaris i preus disponibles:

Dimecres de 10.30 a 12.00 h a la Sala Auditori (10 sessions d'hora i mitja). Del 5 d'octubre al 14 de desembre. Preu mensual: 22 € (pagament trimestral de 66 €)

Dimarts de 15.15 h a 16.15 h a la Sala Auditori (10 sessions d'una hora). Del 4 d'octubre al 20 de desembre. Preu mensual: 16 € (pagament trimestral de 48 €)

Dimarts de 19.30 h a 21.00 h a la Sala Auditori (10 sessions d'hora i mitja). Del 4 d'octubre al 20 de desembre. Preu mensual: 22 € (pagament trimestral de 66 €)

FORMACIÓ CONTÍNUA, FOTOGRAFIA, IDIOMES, CURS DE RÀDIO MUSICAL...

Anglès Elementary 1A (1er nivell inicial)

Curs subvencionat per Formació Contínua, de 60 hores de durada i preferentment destinat a treballadors en actiu.

Inici: Primera quinzena d'octubre

Horari: a concretar



Anglès pre-intermediate 2 A (3er nivell d'Anglès)

Curs subvencionat per Formació Contínua, de 60 hores de durada i preferentment destinat a treballadors en actiu.

Inici: Primera quinzena d'octubre.

Horari: a concretar

Fotografia Digital

Curs subvencionat per Formació Contínua, de 40 hores de durada i preferentment destinat a treballadors en actiu.

Inici: segona quinzena de novembre.

Horari: divendres de 19.00 h a 21.00 h i dissabtes de 09.00 h a 13.00 h.

Mou-te amb el català!

A qui està destinat?

A persones de totes les edats que tenen coneixements bàsics de català o qui no en tenen.

Què es farà durant el curs?

S'aprendran algunes normes bàsiques per aplicar-ho en els textos escrits i en la llengua oral. Es tracta d'acabar el curs amb unes nocions senzilles però eficaces per moure'n tranquil·lament amb la llengua pròpia del país.

Quin mètode es farà servir?

No seran classes magistrals, sinó que s'aprendrà a partir de l'aprenentatge en grup i individual. Les sessions seran pràctiques i fomentaran les estratègies comunicatives.

Formador: Daniel Vilaseca

Dimarts, de 20.00 a 21.15 h

Inici primer trimestre: del 4 d'octubre al 20 de desembre (10 sessions)

Preu mensual: 11 € (pagament trimestral de 33 €)

Comment ça va?

Vols recuperar de manera fàcil i amena el francès que vas estudiar?

Farem conversa, cançons, tot perquè puguis dir:... **Voilà!**

Dimarts, de 15.30 h a 16.30 h

Inici primer trimestre: del 4 d'octubre al 20 de desembre (10 sessions)

Preu: 50 €

Curs de Ràdio Musical

Aprendrem l'estil musical de cada ràdio (nacional i internacional), com s'emet, la música, la creativitat sonora... Tot el que engloba el mitjà de comunicació amb el suport d'un locutor professional. Classes pràctiques de cada tema a l'estudi de ràdio de LIVE FM. Una combinació teòric-pràctica per augmentar el dinamisme i l'aprenentatge global.

Curs de 14 h / 7 sessions

Dimarts 20.00 h a 22.00 h

Inici: dimarts 8 de novembre

Final: dimarts 27 de desembre

Inclou: material, pràctiques...

Imparteix: El locutor i DJ professional, Adrià Ortega.

Curs subvencionat. Places limitades (15 alumnes)



INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL, t'apropem els cursos més innovadors i punters en aquest àmbit! Cursos destinats a persones interessades en aprendre habilitats personals i d'excel·lència personal.

Taller introductor i a la PNL, Programació Neolingüística.

La PNL es defineix com "l'art de la ciència de l'excel·lència subjectiva". Estudia els processos a través dels quals, les persones pensem, aprenem, actuem, organitzem les informacions internes, obtenim recursos i canviem. Aquest taller està dissenyat per a tenir un primer contacte en viu amb la PNL per aprendre fàcilment de manera teòrica pràctica els recursos i les utilitats bàsiques de la PNL.

Objectius:

-Aprendre els recursos i les utilitats bàsiques de la PNL

-Afavorir l'ús d'estratègies de millora en els aspectes personal, relacional i professional

-Desenvolupar noves habilitats lingüístiques

Curs de 15 hores lectives, dividit en 5 sessions

Dijous de 18.15 h a 21.15 h

Preu: 110 €

Inici del curs: 3 de novembre

Taller de creixement interior: el fluir de la vida

El present taller mostra un mètode i unes eines basades en la saviesa mil·lenària de la càbala, que conjuntament amb PNL (programació neolingüística) ens ajuden a conèixer i descobrir els recursos que tenim, els aprenentatges que cal fer i els punts febles que cal compensar. Tot això ens permet viure amb més alegria i harmonia. Iniciar-se en el creixement interior com a procés de transformació i canvi.

Curs de 12 h lectives, dividit en 4 sessions

Dimecres de 19.00 h a 22.00 h

Preu: 110 €

Inici: 11 de gener de 2012

Curs Facilitador Emocional a través de la coherència cardíaca

El saber manejar bé les emocions és una parcel·la educativa de la qual ens han privat. A Occident el món emocional no ha tingut importància capital. Però els descobriments recents estan girant les prioritats.

La necessitat que una Comunicació sigui Assertiva i no Agressiva o violenta. La gestió dels conflictes interns per a evitar el cúmul d'emocions reprimides. L'augment de l'Estrès en diferents àmbits. Aquest és l'objectiu d'aquesta formació. No tan sols conèixer el món emocional des del punt de vista teòric, sinó explorar a nivell individual. I ho fem experimentant l'estat intern de coherència cardíaca, on les acceleracions i desacceleracions de la freqüència cardíaca amb respecte al temps, són suaus i ordenades.

Inici: novembre de 2011

Final: maig de 2011

Un divendres de cada mes, de 16.00 h a 20.00 h

Preu/mes: 120 €

Matrícula: 200 € (l'import de la matrícula es descomptarà a les persones que realitzen la formació completa)

Programa d'ordinador: tots els assistents que completin la seva formació rebran el software de biofeedback sobre coherència cardíaca. Model Stress Pilot, inclòs en el preu del curs.

Formadors:

Isabel Martínez Raibal (STAMIEL Coaching & Training)

Llicenciada en Ciències del Treball per la UOC, Tècnic Superior en Relacions Industrials per la Universitat d'Alcalá de Henares, Graduado Social per la UB. És Trainer en Programació Neurolingüística (PNL) certificada per la AEPNL i Màster-Practitioner certificada per l'Institut Gestalt. Coach professional certificada núm. 10142 per ASESICO

Miquel Mas Albors (STAMIEL Coaching & Training)

Enginyer de Telecomunicacions per la Salle Bonanova de Barcelona. És Trainer en Programació Neurolingüística (PNL) certificat per la AEPNL i Practitioner certificat per l'Institut Gestalt. Màster en Coaching Estructural per DCTCoaching i Màster en Direcció Tècnica i de Producció en el CESEM (Instituto Directivos de Espresas). S'ha format en Anàlisi i interpretació Cabalista.

TOTHOM AL DIA AMB LES NOVES TECNOLOGIES

Iniciació a la Informàtica:

(promou: Associació de Dones El Roser de Campdevàl)

Nivell 0: Dilluns 19.00 h a 20.30 h, del 10 d'octubre al 28 de novembre (8 sessions)

Primer contacte amb l'ordinador, pas per pas, sense presses. Iniciació a l'escriptori, fer una carta, primeres recerques per Internet i creació d'un compte de correu electrònic.

Nivell 1: Dilluns de 20.30 h a 22.00 h, del 10 d'octubre al 28 de novembre (8 sessions)

Recerca per Internet, navegació segura. Gestió d'un compte de correu electrònic, processador de textos i creació d'àlbums de fotografia.

Nivell 2: Divendres de 19.00 a 20.30 h, del 14 d'octubre al 2 de desembre (8 sessions)

Compres segures per Internet. Introducció i coneixement de les Xarxes Socials (Facebook, Twiter, Twenty).

Preu: 31 €

XARXES SOCIALS Què són i per a què s'usen

Xarxes socials: Facebook, Twenty; Blocs: Wordpress, Blogger; Microblocs: Twitter; Arxius de fotos: Picasa; Arxius de vídeos: Youtube; Xat i Videoxat: Skype, Gtalk Monogràfic de 4 hores. Inici la primera quinzena de novembre.

FORMACIÓ TIC PER A PETITES EMPRESES, AUTÒNOMS I BOTIGUERS

Tots els dilluns volem oferir diferents accions formatives dirigides a petites empreses, autònoms i botiguers que vulguin aprofitar les potencialitats que Internet i les noves tecnologies els poden oferir. En aquesta nova programació, volem oferir el Paquet Formatiu, "La Web 2.0 per a les petites empreses, autònoms i botiguers", que consta dels següents tallers:



Eines web 2.0 i xarxes socials per al màrqueting digital

La presència a Internet i la participació dels clients

Eines virtuals per la publicitat a Internet i el seu seguiment i anàlisi

Veniu a veure'ns per consultar horaris, informació i orientació al respecte

DEDICA'T TEMPS PER A TU! CUIDA'T!

Xerrada Gratuïta sobre Els Remeis Florals del Dr. Bach

"La malaltia és en essència el resultat d'un conflicte entre l'ànima i la ment..."

(Dr. E. Bach)

Parlarem sobre com ens podem ajudar en la nostra vida quotidiana amb els remeis i la filosofia que ens va transmetre el Dr. Bach. Per portar a la nostra vida calma i benestar en el sentit ampli i profund, per benefici propi i de les persones del nostre entorn.

Dissabte 1 d'octubre, a les 17.00 h a la Sala Polivalent. Cal inscripció prèvia.

Imparteix: David Barrio, titulat per l'Institut Bach de Barcelona.

Curs de flors de Bach

Curs per aprendre a utilitzar els remeis florals del Dr. Bach, i la base teòrica per conèixer-nos millor i fer servir el sistema d'una manera òptima. És important tenir cura, a part del nivell físic, dels nivells interns i adquirir els coneixements necessaris per veure els errors que ens causen patiment i corregir-los per gaudir plenament de la vida.

Dissabtes, 8 i 15 d'octubre 10.00 a 12.00 (curs de 4 hores), a la Sala Polivalent

Imparteix: David Barrio, titulat per l'Institut Bach de Barcelona.

Preu: 43 € (inclou un dossier)

Xerrada gratuïta "Què és l'Aromateràpia?"

Explicarem què és l'aromateràpia, quines aplicacions té, indicacions i precaucions que s'han de tenir en compte. Tot seguit entrarem en contacte amb les matèries primes (olis vegetals, mantegues, olis essencials...) i els productes formulats (olis, cremes, locions...) als assistents perquè vegin quins tipus de productes es poden elaborar.

Dissabte 14 de gener 2012, a les 17.00 h, a la Sala Polivalent.

Cal inscripció prèvia.

Imparteix: Anna M^a Castillo, diplomada en logopèdia a la UAB i Màster en Neurorehabilitació.

Taller d'Aromateràpia

Aprendrem a educar el sentit de l'olfacte obrint-nos a les sensacions que ens ofereixen els olis essencials. Realitzarem exercicis pràctics per conèixer les diferents famílies d'olis essencials segons el seu aroma i les seves principals característiques, així com les seves utilitats casolanes.

Dissabte, 21 de gener 2012, de 10.00 a 11.30 h, a la Sala Polivalent

Imparteix: Anna M^a Castillo, diplomada en logopèdia a la UAB i Màster en Neurorehabilitació.

Preu: 13 € (inclou un dossier)

