

centre de formació permanent

TRES ROQUES

programació 2011 / 2012

gener / febrer / març



Foto: Eva Parey



Ajuntament de Mataró
Institut Municipal
d'Educació



PERÍODE DE SOL-LICITUD D'INSCRIPCIONS

DEL 5 AL 21 DE DESEMBRE DE 2011, AMBDÓS INCLOSOS

Les places són limitades en totes les activitats. En cas que la demanda superi l'oferta les places s'adjudicaran per sorteig. Cada persona pot fer **un màxim de tres sol·licituds** d'inscripcions. Activitats adreçades a persones a partir dels 16 anys.

Podeu realitzar la sol·licitud d'inscripció i trobar informació del procés a:

- **www.mataro.cat**
- **Institut Municipal d'Educació** (baixada de les Figueretes, 1, 2n)
- **Centre de formació permanent Tres Roques** (pl. del Canigó, 7)
- **Oficines d'atenció ciutadana** (de dilluns a divendres de 9 a 19 h)

El **pagament de les activitats** s'ha de fer a través del compte bancari 2042 0000 74 3110042584 de Caixa Laietana un cop publicades les llistes, el 23 de desembre, amb l'acceptació i realització de l'activitat.

La **data límit** per fer l'ingrés és el **5 de gener de 2012**.

Les llistes es podran consultar al mateix CFP Tres Roques, a l'Institut Municipal d'Educació i a www.mataro.cat.

Podeu trobar més informació dels cursos i activitats a www.mataro.cat

ÍNDEX PROGRAMACIÓ

HUMANITATS I CIÈNCIES SOCIALS

L'ART DELS INSTRUMENTS MUSICALS.....	04
MONOGRÀFIC MARIA CALLAS.....	04
CONVERSA EN ANGLÈS (INTERMEDIATE).....	04
CONVERSA EN FRANCÈS: NIVELL INTERMEDI.....	05
CONVERSA EN FRANCÈS: NIVELL AVANÇAT.....	05
CONVERSA EN ITALIÀ: NIVELL INTERMEDI.....	05
CONVERSA EN ALEMANY. NIVELL INTERMEDI.....	06
QUINA PEL·LÍCULA ANEM A VEURE?.....	06
APRÈN A MIRAR A TRAVÉS DELS GRANS AUTORS DE LA FOTOGRAFIA.....	06
UNA HISTÒRIA DE L'ART A MATARÓ.....	07
LES ANTIGUES CIVILITZACIONS.....	07
LA UNIÓ EUROPEA DAVANT LA CRISI.....	07
ORIENT: EL SORGIMENT D'UNA NOVA REALITAT.....	07

CIÈNCIA, NATURA I MEDI AMBIENT

INTRODUCCIÓ A LA PERMACULTURA.....	08
INICIACIÓ A LA JARDINERIA SOSTENIBLE.....	08
EL MÓN DE LES OLORS.....	08
INICIACIÓ A LA COSMÈTICA NATURAL.....	09
INICIACIÓ A LA FOTOGRAFIA DE PAISATGE.....	09
ASTRONOMIA. TAN FÀCIL COM MIRAR EL CEL.....	09

EXPRESSIONS

EXPRESSAR-SE I NARRACIÓ ORAL.....	10
CURS D'INICIACIÓ DE RELATS CURTS.....	10
QUÈ ESTÀS LLEGINT?.....	10
CURS DE NOVEL·LA.....	11
EL CONTE LITERARI.....	11
TALLER D'INICIACIÓ AL DIBUIX.....	11
TALLER DE CERÀMICA.....	11
TALLER D'INICIACIÓ A LA PINTURA.....	12
EL COS HUMÀ, COM ÉS?.....	12
TALLER DE PINTURA.....	12
JOIERIA A LA CERA PERDUDA.....	12
TALLER DE CONSERVACIÓ DE MOBLES.....	13

RECURSOS

INICIACIÓ AL VÍDEO DIGITAL.....	14
CURS BÀSIC DE FOTOGRAFIA DIGITAL.....	14
CURS DE FOTOGRAFIA DIGITAL. NIVELL II.....	15
APRÈN A RETOCAR LES TEVES FOTOS.....	15
TALLER DE LIGHTROOM.....	15
FOTOGRAFIA NOCTURNA.....	16
FOTOGRAFIA DE VIATGE.....	16
ACTIC 1: INICIACIÓ A LA INFORMÀTICA.....	16

ACTIC 2: INICIACIÓ A INTERNET.....	17
ACTIC 3: INFORMÀTICA AVANÇADA I.....	17
ACTIC 4: INFORMÀTICA AVANÇADA II.....	17
ACTIC 5: NIVELL AVANÇAT D'ACTIC.....	18
CURS DE BASES DE DADES.....	18
TORNAT EXPERT AMB EL FULLS DE CÀLCUL.....	18
UTILITZAR PLATAFORMES SOCIALS.....	19
CREACIÓ DEL TEU PROPI BLOC.....	19
EINES 2.0. TÈCNiques I EINES WEB.....	19
EDICIÓ DE PÀGINES WEB.....	19
CREA EL TEU WEB AMB DRUPAL.....	20
INTRODUCCIÓ AL DISSENY VECTORIAL.....	20
CURS DE PATRONATGE I COSTURA.....	20

SALUT I CREIXEMENT PERSONAL

TAPES, BROTXETES I APERITIUS.....	21
CUINA MEDITERRÀNIA.....	21
CUINA REGIONAL: LA CUINA DEL NORD.....	21
CURS DE CUINA CREATIVA.....	22
CUINA DE MERCAT: FRESC, PROPER I SIMPLE.....	22
INICIACIÓ A LA CUINA JAPONESA.....	22
CURS D'INICIACIÓ A LA PASTISSERIA.....	22
CURS DE POSTRES CREATIVES.....	23
CUINA I SALUT. CUINEM PER VIURE MILLOR.....	23
CANVIANT ELS HÀBITS.....	23
L'EQUILIBRI EN L'ALIMENTACIÓ.....	23
TALLER DE CUINA SENSE GLUTEN.....	24
CURS D'INICIACIÓ AL IOGA I LA MEDITACIÓ.....	24
INICIACIÓ AL TAI-TXÍ.....	24
REEDUCACIÓ DE LA POSTURA.....	24
INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL.....	25
TALLER DE RESOLUCIÓ DE CONFLICTES.....	25
COMUNICACIÓ ASSERTIVA.....	25

EXPOSICIONS

"HEREU DE L'ALTERITAT I NÒMADES PER FORÇA". EVA PAREY.....	26
"L'ART A LES TEVES MANS". MANUEL PRIETO.....	27

ALTRES ACTIVITATS

"EL DISSABTE FEM UN VERMUT AMB...".....	28
... AMB GENÍS MAYOLA.....	28
PARLEM DE LLIBRES?.....	29

L'ART DELS INSTRUMENTS MUSICALS, DELS COMPOSITORS I INTÈRPRETS**NOU****Dijous de 19 a 20.30 h / 6 sessions / Inici 19 de gener**Professora: **M. Teresa Julià****18,45 €**

En aquest curs coneixerem l'origen i l'evolució dels instruments musicals més emblemàtics de l'orquestra, que varen seduir als grans genis i intèrprets de la música universal de tots els temps.

MONOGRÀFIC MARIA CALLAS: VEU I CORATGE**NOU****Dijous de 19 a 21 h / 1 sessió / 1 de març**Professora: **M. Teresa Julià****5,40 €**

Coneixerem la veu de Maria Callas que gaudia d'una gran força expressiva i posseïa un ferm mestratge amb una projecció escènica innata.

CONVERSA EN ANGLÈS (INTERMEDIATE)**Grup matins. Dimarts 11.30 a 13 h / 9 sessions. Inici 17 de gener****Grup tardes. Dimarts 19.15 a 20.45 h / 9 sessions. Inici 17 de gener**Professora: **Maria Grau****27,68 €**

Curs d'anglès dissenyat per desenvolupar les habilitats d'expressió i comprensió orals. Els alumnes aprendran a defensar-se oralment en anglès en situacions quotidianes o mitjanament formals, ampliaran el seu vocabulari i guanyaran confiança i fluïdesa. *Observació: És imprescindible tenir coneixements mitjans d'anglès (equivalent a 2-3 d'estudi de l'idioma).*

CONVERSA EN FRANCÈS: NIVELL INTERMEDI

Divendres de 17.30 a 19 h / 9 sessions / Inici 20 de gener

Professora: Carme Díaz

27,68 €

L'objectiu general d'aquest curs de conversa de nivell intermedi, corresponent al nivell B1 del Marc Europeu Comú de Referència, és el d'arribar a utilitzar el francès amb fluïdesa i seguretat. *Observació: Es requereix tenir coneixements mitjans de francès (equivalent al 3r curs d'una EOI o B1 del marc europeu comú de referència).*

CONVERSA EN FRANCÈS: NIVELL AVANÇAT

NOU

Divendres de 19.15 a 20.45 h / 9 sessions / Inici 20 de gener

Professora: Carme Díaz

27,68 €

L'objectiu general d'aquest curs de conversa de nivell avançat, corresponent al nivell B2.1 del Marc Europeu Comú de Referència, és el d'arribar a utilitzar el francès amb espontaneïtat i fluïdesa, tant en situacions quotidianes com específiques. *Observació: És imprescindible un nivell avançat de francès (coneixements equivalents al 4rt curs d'una Escola Oficial d'Idiomes).*

CONVERSA EN ITALIÀ: NIVELL INTERMEDI

NOU

Dilluns de 17.30 a 19 h / 9 sessions / Inici 16 de gener

Professora: Laura Aguilar

27,68 €

Curs d'italià dissenyat per posar en pràctica i desenvolupar les habilitats d'expressió i comprensió orals. L'alumnat aprendrà a defensar-se oralment en italià en situacions de la vida quotidiana i mitjanament formals. Es practicarà i s'ampliarà les expressions italianes i el vocabulari més útil, aconseguint així més confiança i fluïdesa en la comunicació. *Observació: es requereix que tinguin coneixements previs d'italià (equivalent a 1-2 anys d'estudi de l'idioma).*

CONVERSA EN ALEMANY. NIVELL INTERMEDI

NOU

Dimecres de 19.30 a 21.30 h / 7 sessions / Inici 18 de gener

Professora: **Carla Jarque**

28,70 €

Curs de conversa d'alemany de nivell intermedi, equivalent al B1 dins el marc comú europeu de referència (3r de EOI). El curs pretén que posem en pràctica les estructures de la llengua, en practiquem el vocabulari, la pronunciació i resolguem dubtes per tal de conversar de manera espontània i natural. *Observació: És imprescindible un nivell mig d'alemany (equivalent al 3r curs d'una EOI o B1 del marc europeu comú de referència).*

QUINA PEL·LÍCULA ANEM A VEURE?

NOU

Dimecres de 19 a 20.30 h / 8 sessions / Inici 1 de febrer

Professors: **Judith Vives i Jesús Gonzàlez**

37,20* €

Curs que pretén donar eines i recursos per guiar l'espectador entre les diferents ofertes i formats cinematogràfics i ajudar-lo a moure's per la cartellera amb sentit crític i ganes de descobrir noves propostes. *Col·labora: Associació Cultural Filmat. Observació: Es faran dues sortides al cinema.*

APRÈN A MIRAR A TRAVÉS DELS GRANS AUTORS DE LA FOTOGRAFIA

NOU

Dimecres de 18.30 a 20 h / 3 sessions / 14, 21 i 28 de març

Professora: **Eva Parey**

13,95 €

L'objectiu del taller és aprendre a mirar fotografies fent servir com a referència l'obra dels grans mestres del segle XX. S'explicaran les claus compositives bàsiques per entendre una imatge i la significació que aquesta pot adquirir segons el marc històric, el mitjà expositiu i la mirada de l'espectador. Es visionarà l'obra més representativa d'alguns autors claus que han marcat història.

* Aquesta activitat comporta una despesa extra en material.



INTRODUCCIÓ PER UNA HISTÒRIA DE L'ART A MATARÓ

NOU

Dijous de 19 a 20.30 h / 8 sessions / Inici 19 de gener

Professor: **Joaquim Graupera**

24,60 €

Moltes vegades la gent desconeix el patrimoni de la pròpia ciutat. Aquest curs intenta fer un ràpid repàs del patrimoni artístic de Mataró des de l'època romana fins l'actualitat. *Observació: Farem una sortida on veurem els elements més importants del patrimoni de la ciutat.*

LES ANTIGUES CIVILITZACIONS MEDITERRÀNIES: MINOICS I MICÈNICS

NOU

Dijous de 17 a 18.30 h / 6 sessions / Inici 19 de gener

Professor: **Felip Masó**

18,45 €

La Grècia clàssica va ser un dels grans referents de la nostra cultura. Però què hi havia abans a Grècia? Molt de temps abans de Pericles i fins i tot d'Homer, els habitants de l'Egeu ja van assolir un altíssim grau civilitzador tal i com demostren les imponents restes de les que van ser les primeres civilitzacions de Grècia: els minoics i els micènics.

LA UNIÓ EUROPEA DAVANT EL REpte DE LA CRISI ECONÒMICA

Divendres de 18.30 a 20.30 h / 2 sessions / 16 i 23 de març

Professor: **Juan Luis Aparicio**

12,40 €

La crisi econòmica actual afecta en diferent mesura els estats membres de la Unió Europea. Els casos de Grècia, Portugal, Itàlia, i també Espanya, exemplificaran aquesta situació i seran el fil conductor del curs.

ORIENT: EL SORGIMENT D'UNA NOVA REALITAT

NOU

Dijous de 19 a 20.30 h (4 sessions. 1,8,15 i 22 de març)

Professor: **Felip Masó**

18,60 €

Mesos després de que esclatessin les revoltes a molts països àrabs, la situació al Pròxim Orient ha canviat dràsticament: els antics dictadors o bé han mort, estan empresonats o a les portes de l'abisme; milers de persones han mort i la situació social i econòmica és crítica. En aquest curs, diferents especialistes parlaran sobre la situació de diferents països per poder entendre millor aquest moment històric.



AGRICULTURA ECOLÒGICA. INTRODUCCIÓ A LA PERMACULTURA

Dissabtes de 10 a 13 h / 6 sessions

21 de gener, 4 i 18 de febrer i 3, 17 i 31 de març

Professor: **Paco Cerviño**

36,90 €

Curs d'introducció als principis de disseny i cultiu de l'agricultura ecològica. Es tractaran les bases teòriques, les bases tècniques, el maneig del sòl i l'aigua, el control de plagues i malalties i les eines de planificació per al disseny de la Permacultura. S'informarà els presents sobre la necessitat de promoure l'agroecologia al seu entorn, el coneixement del medi i els seus recursos. *Col·labora: Associació Horts Urbans Bon Recés i Servei de Medi Ambient i Sostenibilitat.*

INICIACIÓ A LA JARDINERIA SOSTENIBLE

Dissabtes de 10 a 12.30 h / 5 sessions

28 de gener, 11 i 25 de febrer i 10 i 24 de març

Professor: **Eduard Pey**

38,75 €

Aquest curs és una introducció a la jardineria i tractarà sobre alguns dels seus aspectes: el manteniment, les plantes, les podes, l'aigua i el reg, la sanitat vegetal i els sòls. Es faran sessions pràctiques. *Col·labora: Associació Horts Urbans Bon Recés i Servei de Medi Ambient i Sostenibilitat.*

EL MÓN DE LES OLORS: UN MÓN MÀGIC, INVISIBLE, PERÒ REAL

Dimarts de 19 a 21h / 9 sessions / Inici 17 de gener

Professora: **Sandra Iruela**

36,90* €

Curs per conèixer el món de les olors i la importància que tenen a les nostres vides. Els objectius són assolir els coneixements teòrics i pràctics de com s'olora i relacionar, associar i descriure una olor.

INICIACIÓ A LA COSMÈTICA NATURAL

Dimecres de 10 a 12.30 h / 7 sessions / Inici 18 de gener

Professora: **Beatriu Lavado**

54,25* €

Taller bàsic per adquirir coneixements teòrics i pràctics essencials per poder elaborar remeis casolans naturals per a ús dermatològic i de cosmètica natural. El taller es desenvolupa amb petites introduccions teòriques inicials seguides de les pràctiques d'elaboració dels productes dels alumnes i amb supervisió de la professora.

INICIACIÓ A LA FOTOGRAFIA DE PAISATGE

NOU

Dissabtes de 10 a 13.30 h / 4 sessions / Inici 28 de gener

Professor: **Albert Masó**

43,40 €

S'expliquen les tècniques, procediments i trucs necessaris per aprendre a obtenir imatges de qualitat del nostre entorn natural, i això tan en la teoria com en la pràctica, i des de l'equipament necessari fins a la imatge final. Tanmateix, tot el que s'expliqui és aplicable al paisatge urbà.

ASTRONOMIA. TAN FÀCIL COM MIRAR EL CEL

Dijous de 18.30 a 20.30 h / 6 sessions / Inici 26 de gener

Professors: **Carles Schnabel i Rat Parellada**

37,20 €

Aprendrem a orientar-nos prenent com a referència el cel. Aprendrem a mirar, localitzar i reconèixer els astres i/o grups celests notables del nostre cel nocturn. Ens familiaritzarem amb els instruments bàsics de l'Astronomia de Posició: planisferi, llunari, nocturlabi... Finalitzarem el curs amb una visita a un observatori astronòmic.

* Aquesta activitat comporta una despesa extra en material.

EXPRESSAR-SE EN PÚBLIC I TÈCNiques DE NARRACIÓ ORAL**Dilluns de 19 a 21 h / 8 sessions / Inici 16 de gener**Professora: **Carme Faja****32,80 €**

Curs de desenvolupament de tècniques d'expressió oral en públic: com parlar, com llegir, com comportar-se en públic. Perdre la por de parlar en públic i saber modular la veu segons el text o la situació en què es trobi l'orador/a. Es faran pràctiques de lectura a classe i tècniques de respiració adients al text.

CURS D'INICIACIÓ A L'ESCRITURA CREATIVA DE RELATS CURTS**Dimecres de 18 a 20 h / 8 sessions / Inici 18 de gener**Professor: **Jordi Lopesino****32,80 €**

Curs adreçat a persones amb inquietuds literàries que vulguin aprendre tècniques d'expressió escrita, trucs de l'ofici d'escriptor i maneres d'idear i estructurar un relat curt. No cal tenir experiència d'escriure.

QUÈ ESTÀS LLEGINT?**Dimarts de 18.30 a 20.30 h / 5 sessions****24 de gener, 7 i 21 de febrer i 6 i 20 de març****31,00 €**Professora: **Care Santos**

Taller de lectura estructurat a partir de sis lectures comunes que es comentaran al llarg d'una sessió. No només es posaran en comú i s'analitzaran els trets propis de cada llibre sinó que es repartirà material complementari de l'autor i l'obra. La finalitat d'aquest taller és fer de la lectura una experiència entretinguda i enriquidora.

CURS DE NOVEL·LA

Dijous de 18 a 20 h / 9 sessions / Inici 19 de gener

Professor: **Jordi Lopesino**

36,90 €

Curs teòric i pràctic adreçat a persones amb certa experiència en l'escriptura que vulguin escriure una novel·la. *Observació: És necessari haver realitzat el curs d'escriptura creativa de relats curts o algun de similar.*

EL CONTE LITERARI

Dilluns de 18.30 a 20.30 h / 5 sessions / Inici 23 de gener

Professor: **Joan Boher**

31,00 €

Aquest taller vol apropar l'alumne al món del conte literari: Quan apareix? Com es defineix? Les principals característiques... I posar en pràctica els coneixements adquirits amb múltiples i divertits exercicis pràctics. També donarà algunes nocions bàsiques sobre el funcionament del món editorial, lectura de les obres més representatives, les opinions dels autors més destacats i alguns consells per publicar algun dia els propis contes.

TALLER D'INICIACIÓ AL DIBUIX

Dilluns de 17 a 19 h / 9 sessions / Inici 16 de gener

Professor: **Eduard Novellas**

55,80* €

Iniciació al llenguatge de dibuix, practicant amb els procediments que em són propis: carbonet, llapis grafit, sanguina, tinta i collage. Bases per a l'anàlisi dels elements visuals a partir de la línia, la taca i el traç, el clarobscur, l'encaix i la composició. Nocions bàsiques de geometria plana i perspectiva. *Col·labora: Associació Sant Lluc per l'Art.*

TALLER DE CERÀMICA: PETITES JOIES DE PORCELLANA

Dimecres de 19.15 a 21.15 h / 8 sessions / Inici 18 de gener

Professora: **Mia Llauder**

49,60* €

Curs de disseny, realització i muntatge de bijuteria ceràmica en porcellana. Complements personals, collaret, braçalet, agulla, anell...

TALLER D'INICIACIÓ A LA PINTURA

Divendres de 17 a 19 h / 9 sessions / Inici 20 de gener

Professor: **Eduard Novellas**

55,80* €

Aprentatge de la teoria del color i de les lleis compositives, a més dels elements que configuren el llenguatge plàstic per iniciar-se en la pràctica de la pintura. Coneixement dels procediments: guaix, aquarel·la, acrílic i pastel. *Col·labora: Associació Sant Lluc per l'Art.*

EL COS HUMÀ, COM ÉS?

NOU

Dilluns de 19.15 a 21.15 h / 9 sessions / Inici 16 de gener

Professor: **Eduard Novellas**

55,80* €

Introducció a la figura humana a través del dibuix. Anàlisi de la estructura bàsica lineal del cos, mitjançant la postura, la llum, l'esbós i la forma, etc. Utilitzar l'home com a mitjà d'expressió. *Observació: És necessari haver realitzat el taller d'iniciació al dibuix o similar.*

TALLER DE PINTURA (SEGON NIVELL): CONSTRUCCIÓ

NOU

Divendres de 19.15 a 21.15 h / 9 sessions / Inici 20 de gener

Professor: **Eduard Novellas**

55,80* €

Amb aquelles persones iniciades en la pintura i el color, aprendrem a construir la nostra pròpia obra. Donarem total llibertat estètica al alumne, potenciant la expressió i la creativitat individual. *Observació: És necessari haver realitzat el taller d'iniciació a la pintura o algun de similar.*

JOIERIA A LA CERA PERDUDA

NOU

Dimarts de 18 a 20 h / 9 sessions / Inici 17 de gener

Professora: **Maiane Fradera**

55,80* €

Aquesta tècnica és una de les més antigues de la joieria per descobrir les infinites possibilitats del món del modelatge. En el taller donarem a conèixer què és la cera perduda i la microfusió, els tipus de cera que hi ha, perquè serveixen i com les podem treballar sense disposar de la maquinària que exigeix la joieria. *Observació: És necessari haver realitzat el taller d'iniciació a la joieria creativa o similar.*

* Aquesta activitat comporta una despesa extra en material.

TALLER DE CONSERVACIÓ I RESTAURACIÓ DE MOBLES

Dimecres de 17 a 19 h / 9 sessions / Inici 18 de gener

Professora: **Carme Hanacsek**

55,80* €

Per reparar qualsevol objecte vell o antic, que no pateixi greus desperfectes, perquè millori el seu aspecte i torni a lluir. Per aprendre la reparació de la fusta vella, el tractament d'objectes corcats, les seves metodologies i els procediments i la decoració dels objectes i acabats. *Observació: Cada participant ha de portar un objecte a restaurar, de dimensions reduïdes.*

* Aquesta activitat comporta una despesa extra en material.





INICIACIÓ AL VÍDEO DIGITAL

Dilluns de 10.30 a 12.30 h (9 sessions. Inici 16 de gener)

Professor: **Albert Canalejo**

36,90 €

Un curs pràctic per adquirir les eines bàsiques i els procediments a seguir per editar les pròpies gravacions de vídeo: petits reportatges, peces musicals, inclusió de textos i filtres artístics, creació de video-clips i el fet de donar-li vida a les vostres fotos en un vídeo musical. També treballarem la tècnica de gravació per obtenir uns vídeos originals i divertits. *Observació: És necessari tenir coneixements bàsics d'informàtica.*

CURS BÀSIC DE FOTOGRAFIA DIGITAL

Grup matins / Dimarts de 10.30 a 12 h / 11 sessions / Inici 17 de gener

Grup tardes / Dimarts de 17.30 a 19 h / 11 sessions. Inici 17 de gener

Professors: **Xènia Sola (matins) i Sergio Ruiz (tardes)**

33,83 €

Aquest curs proposa endinsar-nos en la tècnica fotogràfica per tal de tenir un control total sobre la imatge que volem obtenir, és a dir, controlar tot el procés des que tenim la idea de la fotografia fins que obtenim el resultat final. *Observació: És imprescindible disposar d'una càmera digital rèflex o digital bridge.*

CURS DE FOTOGRAFIA DIGITAL. NIVELL II

Grup matins / Dimecres de 10.30 a 12 h / 11 sessions / Inici 18 de gener

Grup tardes / Dimarts de 19.30 a 21 h / 11 sessions / Inici 17 de gener

Professors: **Xènia Sola (matins) i Sergio Ruiz (tardes)**

33,83 €

Dirigit a aquelles persones aficionades amb nocions de tècniques bàsiques que volen seguir aprenent i perfeccionant el seu treball. Aquest curs ofereix l'oportunitat de fer un tast a diverses disciplines en fotografia d'estudi: el retrat, el bodegó i el macro amb la il·luminació específica, com en fotografia d'exterior: el paisatge, l'arquitectura, i el reportatge i la fotografia nocturna. *Observació: Imprescindible haver cursat el primer nivell o similar i portar càmera rèflex.*

APRÈN A RETOCAR LES TEVES FOTOS

Dimarts de 17 a 19 h / 9 sessions / Inici 17 de gener

Professor: **Albert Canalejo**

36,90 €

Amb aquest curs de disseny i retoc digital s'adquiriran els coneixements bàsics i necessaris per a millorar les fotografies. Mitjançant filtres, capes i les eines del programari s'obtidran fotografies més atractives i muntatges molt més originals. *Observació: Imprescindible tenir coneixements bàsics d'informàtica.*

TALLER DE LIGHTROOM: FLUX DE TREBALL EN FOTOGRAFIA

Dilluns de 17.30 a 19 h (10 sessions. Inici 16 de gener)

Professor: **Sergio Ruiz**

46,50 €

Aquest taller dona solucions en tot el procés fotogràfic digital. Des de la presa de decisions a l'hora de triar el tema, passant per la importació d'arxius a l'ordinador, l'arxivat... fins al resultat final en qualsevol versió. Un cop tenim les nostres fotografies, cal fer una gestió adequada dels arxius per tal de no perdre la informació i tenir-la ben arxivada i guardada. El resultat final es basa en el control i la gestió de tot el procés.

FOTOGRAFIA NOCTURNA

Dilluns de 19.30 a 21.30 h / 8 sessions / Inici 16 de gener

Professor: **Sergio Ruiz**

49,60 €

El curs de fotografia nocturna endinsa l'aficionat a la fotografia en un món en què no tot és com sembla, en què la llum es reivindica per sobre de la foscor per crear imatges sorprenents. *Observació: Imprescindible haver cursat el primer nivell o similar, portar càmera rèflex i trípode.*

FOTOGRAFIA DE VIATGE: CAPTA L'ESSÈNCIA D'ALTRES LLOCS

NOU

Dimecres de 18.30 a 20 h / 8 sessions / Inici 16 de gener

Professora: **Eva Parey**

37,20 €

L'objectiu del taller és aprendre a organitzar un viatge per poder captar l'essència del recorregut amb la càmera fotogràfica. S'explicarà la tècnica necessària per fotografiar les diverses situacions pròpies d'un viatge així com tècniques per retratar a la gent autòctona, com aconseguir les millors instantànies paisatgístiques i com muntar tot el material per presentar-ho un cop arribat a casa

ACTIC 1: INICIACIÓ A LA INFORMÀTICA

Grup matins. Dimecres de 9 a 11 h / 9 sessions / Inici 18 de gener

Grup tardes. Dimecres de 17 a 19 h / 9 sessions / Inici 18 de gener

Professors: **Iván González (matins) i Jordi Clopés (tardes)**

36,90 €

Adreçat a l'alfabetització digital en les àrees d'informàtica i ofimàtica bàsica. Des d'aprendre a utilitzar el ratolí i el teclat fins a saber què és un sistema operatiu i com treure'n profit, passant per les aplicacions bàsiques en ofimàtica i Internet. El contingut d'aquest curs s'adequa al temari ACTIC.

ACTIC 2: INICIACIÓ A INTERNET

Grup matins. Dimecres de 11.15 a 13.15 h / 9 sessions / Inici 18 de gener

Grup tardes. Dimecres de 19.15 a 21.15 h / 9 sessions / Inici 18 de gener

Professors: **Iván González (matins) i Jordi Clopés (tardes)**

36,90 €

Curs pràctic emmarcat dins del temari d'ACTIC adreçat a persones que no hagin utilitzat mai o molt poc Internet i que vulguin iniciar-se en aquest món. Es tractaran les aplicacions més importants d'Internet: navegació per pàgines web, creació i utilització del correu electrònic i cerca i utilització dels principals recursos disponibles a la xarxa. Aquest curs serveix de reforç de cara a l'examen ACTIC de nivell bàsic. *Observació: És imprescindible haver cursat el curs d'ACTIC 1 o tenir coneixements mínims informàtics.*

ACTIC 3: INFORMÀTICA AVANÇADA I

Grup matins. Dimarts de 9 a 11 h / 9 sessions / Inici 17 de gener

Grup tardes. Dijous de 17 a 19 h / 9 sessions / Inici 19 de gener

Professors: **Iván González (matins) i Jordi Clopés (tardes)**

36,90 €

Curs de continuació al d'iniciació a la informàtica en el qual s'aprofundeix en els diferents conceptes bàsics tractats al primer curs ACTIC 1: Iniciació a la informàtica. Es treballa amb les eines ofimàtiques més habituals i es prepara l'alumne per a la primera part del temari de l'examen ACTIC de nivell mitjà. *Observació: És imprescindible haver cursat el curs d'ACTIC 2 o tenir coneixements informàtics.*

ACTIC 4: INFORMÀTICA AVANÇADA II

Grup matins. Dimarts de 11.15 a 13.15 h / 9 sessions / Inici 17 de gener

Grup tardes. Dijous de 19.15 a 21.15 h (9 sessions. Inici 19 de gener)

Professors: **Iván González (matins) i Jordi Clopés (tardes)**

36,90 €

Curs continuació d'ACTIC 3 en el qual s'aprofundeix en els diferents conceptes tractats al segon curs ACTIC 2 i es completa així el temari proposat per superar el nivell mitjà de la titulació ACTIC. Treballarem amb les eines informàtiques avançades de tractament de la informació, com bases de dades, edició fotogràfica, edició de so i vídeo i ofimàtica avançada. *Observació: És imprescindible haver cursat el curs d'ACTIC 3 o tenir coneixements informàtics.*

ACTIC 5: PREPARACIÓ PEL NIVELL AVANÇAT D'ACTIC

Divendres de 19.15 a 21.15 h / 9 sessions / Inici 20 de gener

Professor: **Jordi Clopés**

36,90 €

Curs molt pràctic, que prepara a l'alumne per superar el nivell avançat de l'acreditació ACTIC. Els continguts aprofundeixen en el tractament de la informació escrita i la informació numèrica prevista en el programa ACTIC, així com diferents eines avançades d'internet com les xarxes socials, la descàrrega de fitxers o la creació d'un blog. *Observació: És imprescindible haver cursat el curs d'ACTIC 4 o tenir coneixements informàtics.*

CURS DE CREACIÓ I DISSENY DE BASES DE DADES

Dimarts de 19.15 a 21.15 h / 7 sessions / Inici 17 de gener

Professor: **Ferriol Barbena**

28,70 €

Curs pràctic adreçat a persones amb coneixements d'informàtica a nivell d'usuari. L'objectiu: aprendre a dissenyar una base de dades amb Microsoft Access i crear els elements necessaris per a gestionar-la. Treballarem alguna alternativa de programari lliure per gestionar les bases de dades. *Observació: És imprescindible tenir nocions d'ofimàtica.*

TORNA'T EXPERT AMB EL FULLS DE CÀLCUL

Divendres de 17 a 19 h / 6 sessions / Inici 20 de gener

Professor: **Jordi Clopés**

37,20 €

En aquest curs es dotarà a l'alumne de coneixements necessaris per fer fulls de càlcul professionals, amb tot tipus de fórmules, funcions i format. Es farà servir Excel i es mostrarà la seva alternativa lliure Calc. *Observació: És imprescindible tenir nocions d'ofimàtica.*

UTILITZAR FACEBOOK, TWITTER I ALTRES PLATAFORMES SOCIALS

Divendres de 17 a 19h / 3 sessions / Inici 2 de març

Professor: **Joan Santana**

18,60 €

Les xarxes socials estan revolucionant el món i la nostra manera de comunicar-nos amb l'entorn. Aquest taller està adreçat a aquelles entitats, empreses i particulars que vulguin explotar aquest nou canal de comunicació. Veurem les xarxes socials de Facebook, Twitter i LinkedIn.

CREACIÓ DEL TEU PROPI BLOC

Dissabtes de 10 a 12 h / 6 sessions / Inici 21 de gener

Professor: **Iván González**

37,20 €

Curs per aprendre a crear el teu bloc a Internet i donar-li el caràcter que tu vulguis, professional o personal, o per tenir una pàgina web actual de la teva empresa, botiga o projecte. És imprescindible tenir correu electrònic i dominar la navegació web.

EINES 2.0. TÈNIQUES I EINES WEB PER A LA GESTIÓ DE PROJECTES

Dimarts de 19.15 a 21.15 h / 4 sessions / Inici 6 de març

Professor: **Ferriol Barbena**

24,80 €

Coneix les principals metodologies i eines de programari per a la gestió de projectes i com et poden ajudar a millorar l'eficiència del teu projecte.

EDICIÓ DE PÀGINES WEB

Dilluns de 19.15 a 21.15 h / 6 sessions / Inici 16 de gener

Professor: **Xavier Grabulosa**

37,20 €

Aprèn a crear les teves pàgines web amb diferent programari. Internet ens facilita un gran nombre d'eines gratuïtes fàcilment integrables amb les nostres webs.



CREA EL TEU WEB AMB DRUPAL

NOU

Dissabtes de 10 a 12 h / 5 sessions / Inici 3 de març

Professor: **Joan Santana**

31,00 €

La idea és presentar el gestor de continguts. Aprendre a instal·lar-lo, configurar-lo i posar-lo en marxa. Veure les possibilitats que ens ofereix i presentar alguns dels mòduls més rellevants (views, cck, ...)

INTRODUCCIÓ AL DISSENY VECTORIAL

NOU

Dilluns de 19.15 a 21.15 h / 4 sessions / 27 de febrer i 5, 12 i 19 de març

Professor: **Xavier Grabulosa**

24,80 €

Aprèn les bases per poder utilitzar el potencial del disseny vectorial amb el programari lliure Inkscape. Mitjançant aquest programa aprendrem a dissenyar il·lustracions, logotips, fulletons, tríptics, ...

CURS DE PATRONATGE I COSTURA

Grup matins / Dimarts de 10 a 12.30 h / 7 sessions / Inici 17 de gener

Grup tardes (nivell avançat) / Divendres de 18.30 a 21 h

7 sessions. Inici 21 de gener

Professora: **Sandra del Cerro**

35,88* €

Per transmetre un sistema pràctic i senzill per crear una peça de roba a mida. Per aprendre a confeccionar un projecte propi, una creació pròpia a través d'una fotografia, dibuix o peça de roba.

* Aquesta activitat comporta una despesa extra en material.

**TAPES, BROTXETES I APERITIUS****Dijous de 18.30 a 20.30 h / 9 sessions / Inici 19 de gener**Professor: **Gonzalo Martínez****55,80 €**

Les tapes i les broquetes, que caracteritzen un gran nombre de bars de la península Ibèrica, s'han fet populars a tot el món. Per mitjà d'aquest curs, aprendrem preparacions fredes i calentes ideals per a acompanyar l'aperitiu o transformar un sopar en una vetllada divertida i diferent.

CUINA MEDITERRÀNIA**Divendres de 18,30 a 20,30 h / 5 sessions / Inici 24 de febrer**Professor: **Gonzalo Martínez****31,00 €**

La cuina mediterrània, reconeguda internacionalment per les seves característiques saludables i les saboroses combinacions, ens marcarà una ruta per receptes tradicionals de les costes del Mare Nostrum.

CUINA REGIONAL: LA CUINA DEL NORD**NOU****Dimarts de 18.30 a 20.30 h / 9 sessions / Inici 18 de gener**Professor: **Gonzalo Martínez****55,80 €**

En aquest curs descobrirem les peculiaritats dels costums regionals de la península a través de les receptes més representatives. No hi ha regió, província, comarca o poble que no destaquï en l'excel·lència d'un producte o plat. Fins i tot els plats més típics i generalitzats tenen una versió adaptada i peculiar de cada lloc. En aquesta primera edició coneixerem la cuina del nord (País Basc, Cantàbrica, Astúries i Galícia).

CURS DE CUINA CREATIVA

Dimarts de 10.30 a 12.30 h / 9 sessions / Inici 17 de gener

Professor: **Gonzalo Martínez**

55,80 €

Un curs dissenyat per a despertar la imaginació i renovar la perspectiva que tenim sobre la nostra cuina. A través de tècniques senzilles però innovadores, transformarem plats clàssics o en crearem de nous, sempre buscant arribar a tots els sentits dels nostres comensals.

CUINA DE MERCAT: FRESC, PROPER I SIMPLE

Dilluns de 18.30 a 20.30 h / 8 sessions / Inici 16 de gener

Professora: **Montse Tàpia**

49,60 €

Tan senzill com anar a mercat i deixar-se seduir pels aliments de temporada. Tan senzill com cuinar amb producte fresc de qualitat. Tan senzill com menjar amb plaer, simplicitat i amb equilibri. Proposem un taller dedicat als aliments de mercat, als aliments d'aquí mateix que ens permetran elaborar receptes assequibles i plenes de gust.

INICIACIÓ A LA CUINA JAPONESA

Dissabtes de 11 a 13 h / 4 sessions / Inici 3 de març

Professora: **Mihoko Sugita**

31,00 €

Taller pensat per a iniciar-se a la cuina i la cultura culinària japonesa. Aprendre a cuinar, sense gaire esforç i amb productes fàcils de trobar als mercats i les botigues especialitzades, autèntics plats de la cultura nipona

CURS D'INICIACIÓ A LA PASTISSERIA

Dimecres de 10.30 a 13 h / 6 sessions. Inici 18 de gener

Professor: **Jordi Saban**

46,50 €

Curs demostratiu adreçat a totes aquelles persones no professionals que vulguin conèixer, complementar o corregir els secrets de la pastisseria per poder posar en pràctica les postres més apetitoses i algunes de les elaboracions més tradicionals, les més actuals i les pròpies per l'època de l'any.

CURS DE POSTRES CREATIVES

Dimecres de 18.30 a 21 h / 7 sessions / Inici 18 de gener

Professor: **Jordi Saban**

54,25 €

En aquest curs aprendreu diferents tècniques per poder fer creacions més elaborades, postres de sempre i actuals, perquè el bon paladar no està renyit amb la creativitat. Aprendreu les eines bàsiques per a crear un munt de postres diferents, i sorprenents presentacions.

CUINA I SALUT. CUINEM PER VIURE MILLOR

Dissabtes de 11 a 13.30 h / 5 sessions / Inici 21 de gener

Professora: **Montse Tàpia**

38,75 €

Un curs per aprendre a cuinar de manera natural i saludable, controlar la qualitat dels aliments i aplicar mètodes de cocció que respectin els nutrients i que alhora resultin plaents al paladar, ja que sense plaer i satisfacció no es pot plantejar una bona alimentació.

CANVIANT ELS HÀBITS: CUINA MACROBIÒTICA I VEGETARIANA

Divendres de 18.30 a 20.30 h / 5 sessions / Inici 21 de gener

Professora: **Montse Tàpia**

31,00 €

Ni carn ni peix...sense caure en les variants més estrictes de la cuina vegetariana parlarem de què hem de menjar per poder seguir una alimentació saludable i equilibrada dins la opció vegetariana i macrobiòtica. Si volem podem canviar la manera de menjar, podem canviar els nostres hàbits a poc a poc... amb petites coses que ens ajudaran a sentir-nos millor.

L'EQUILIBRI EN L'ALIMENTACIÓ

NOU

Dilluns de 18.30 a 20.30 h / 5 sessions / Inici 16 de gener

Professora: **Griselda Marfà**

31,00 €

Aprendrem a diferenciar entre alimentació i nutrició; conèixer els diferents nutrients que necessitem per a viure amb salut i la seva funció en el nostre cos. Coneixerem la definició de calor i classificar els aliments per grups, valorar les bases d'una dieta equilibrada i ser capaç d'elaborar menús equilibrats.

TALLER DE CUINA SENSE GLUTEN

NOU

Dilluns de 18.30 a 20.30 h / 3 sessions / Inici 12 de març

Professora: **Vanessa Bartoll**

18,60 €

Entendre la celiaquia és vital per poder donar suport a les persones que la pateixen. En aquest taller, per tant, aprendrem la teòrica i la practica de l'alimentació per a celíacs. *Col·labora: Associació de celíacs de Catalunya*

CURS D'INICIACIÓ AL IOGA I LA MEDITACIÓ

Grup matins / Dimecres de 10.30 a 12.30 h / 9 sessions / Inici 18 de gener

Grup tardes / Dimarts de 19 a 21 h / 9 sessions / Inici 17 de gener

Professora: **Dúnia Torné**

36,90 €

Curs per aprendre i practicar les antigues tècniques del ioga i la meditació per tal que resultin pràctiques, efectives i fàcils de fer. *Observació: S'ha de venir amb roba còmoda i una tovallola.*

INICIACIÓ AL TAI-TXÍ

NOU

Dijous de 18.30 a 20 h / 9 sessions / Inici 19 de gener

Professor: **Ramón Roblas**

27,68 €

Desenvolupament de l'art del tai-txi, mitjançant les pràctiques de relaxació, estiraments, consciència i estructura corporal, i altres exercicis i aplicacions, que ens ajudaran a tenir un progressiu augment d'elasticitat i energia, que ens donaran més benestar, en benefici d'una millora de la nostra salut. *Observació: S'ha de venir amb roba còmoda i una tovallola.*

REEDUCACIÓ DE LA POSTURA

Dimecres de 19 a 21 h / 9 sessions / Inici 18 de gener

Professora: **Catherine Hanssen**

36,90 €

Un curs pràctic per prendre consciència dels hàbits de postura inadequats i aprendre exercicis d'aplicació senzilla per millorar la nostra postura. *Observació: S'ha de venir amb roba còmoda i una tovallola.*

INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL

Grup matins / Dimecres de 10.30 a 12.30 h / 6 sessions / Inici 25 de gener

Grup tardes / Dilluns de 19.15 a 21.15 h / 6 sessions / Inici 23 de gener

Professora: **Grace Puerta**

37,20 €

La intel·ligència emocional és la que ens ajuda a millorar la relació amb un mateix i la relació amb els altres. Millorar-la suposa tenir més control sobre les nostres emocions, sobre la nostra felicitat i sobre la nostra salut emocional.

TALLER DE RESOLUCIÓ DE CONFLICTES

NOU

Dimarts de 19 a 21 h / 6 sessions / Inici 24 de gener

Professora: **Grace Puerta**

37,20 €

L'objectiu és adquirir eines de comunicació pràctiques per a la resolució efectiva de conflictes. Reduir l'impacte que tenen els conflictes sobre les nostres emocions. Practicar la resolució de conflictes a través de dinàmiques grupals. *Observació: És necessari haver realitzat el curs de comunicació assertiva o algun de similar.*

COMUNICACIÓ ASSERTIVA PER MILLORAR LES TEVES RELACIONS

Dilluns de 17 a 19 h / 6 sessions / Inici 23 de gener

Professora: **Grace Puerta**

37,20 €

La comunicació és un aspecte molt important per desenvolupar qualsevol relació humana. Gràcies a la comunicació assertiva podem aprendre noves tècniques de comunicació per millorar les nostres relacions i aprendre noves tècniques per reduir els conflictes.





“HEREU DE L'ALTERITAT I NÒMADES PER FORÇA”. EVA PAREY

DEL 28 DE DESEMBRE AL 31 DE GENER / SALA D'ACTES TRES ROQUES

L'Eva Parey, fotògrafa especialitzada en el reportatge de caràcter social i de viatge, ens presenta aquests dos projecte fotogràfics que tracten l'èxode gitano romanès a partir d'una família romanesa.

“Hereus de l'alteritat” explora l'èxode gitano romanès a la ciutat de Barcelona. La família de la Ioana, una matriarca amb 15 fills dispersos per Europa, ha construït una vida paral·lela en un ras al barri de Sant Andreu. El carrer, com a gran supermercat, abasteix aquestes famílies on la ferralla és la seva font d'ingressos principal. Aliens a la societat hereten el que ja no es fa servir i aquest és el punt d'unió entre els dos universos.

“Nòmades per força” es desenvolupa a Romania, a l'origen d'aquest clan, on l'esdevenir del poble rom per Europa és constant. La realitat de Ioana, al càrrec dels seus nets, permet aprofundir en les arrels d'aquesta diàspora que es produeix més per supervivència que per herència.



“L'ART A LES TEVES MANS”. MANUEL PRIETO

DEL 3 DE FEBRER AL 31 DE MARÇ / SALA D'ACTES TRES ROQUES

Aquest projecte artístic presentat pel pintor Manuel Prieto ens mostra i reflecteix la seva gran capacitat en l'ús de la tècnica del gravat sobretot en l'efecte tridimensional que dona als seus quadres. Aquest relleu sobre pla fa possible que les seves formes es puguin tocar i, per tant, puguin anar també adreçades, a part del públic en general, a un públic molt particular, els invidents.

Al llarg d'aquesta exposició, es podrà explorar i “veure” les obres a través de les mans.

Així doncs, podem dir que els visitants d'aquesta exposició partiran d'una premissa, prohibit no tocar.

La inauguració tindrà lloc el divendres 3 de febrer a les 20 h i comptarà amb la participació d'en Manuel Patricio i Carlos Soriano membres de Dimarts al Llimoner,

Organitza:



Col·labora:





“EL DISSABTE FEM UN VERMUT AMB...”

**2N CICLE DE CONFERÈNCIES:
EINES I RECURSOS PELS ESCRITORS/ES**

S'inicia un nou cicle, conservant el format però canviant els continguts, al voltant de la creació artística i sobre les eines i coneixements que necessita un escriptor per desenvolupar la seva tasca. Al final de cada xerrada els conferenciantes prendran un vermut amb els assistents i, dins un marc més distés, “la faran petar” de tu a tu amb el públic.

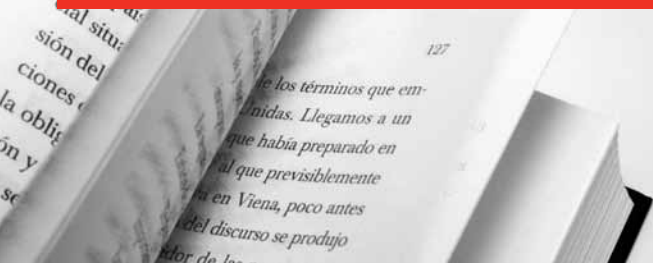
Aquest cicle de conferències està organitzat pel grup Planeta Lletra.

... AMB GENÍS MAYOLA

ENTRADA LLIURE

FEBRER. DIA PER CONCRETAR A LES 12 H / SALA D'ACTES TRES ROQUES

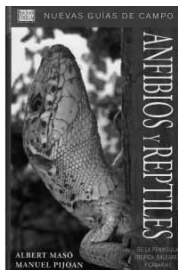
Músic i cantant mataroní. Exdirector de la coral Primavera per la pau, professor de música, compositor, actor... En Genís Mayola ens explicarà els secrets de la creació musical: lletres i música de les cançons, com musicar un poema, etc. Per veure des del punt de vista d'un músic la creació artística. Al final de la xerrada, hi haurà l'actuació d'en Genís amb algunes de les seves interpretacions musicals.



Us presentem una nova proposta per conèixer de primera mà, amb els propis autors, el procés de creació d'un llibre. L'objectiu és oferir a tots els usuaris del centre i al públic en general, la informació, els recursos i les tècniques emprades en aquest procés per poder ampliar i complementar els diferents cursos i tallers del nostre centre. Amb la col·laboració del Grup Planeta Lletra.

"AMFIBIS I RÈPTILS DE LA PENÍNSULA IBÈRICA, BALEARS I CANÀRIES" D'ALBERT MASÓ I MANUEL PIJOAN, ED. OMEGA

DISSABTE 13 DE FEBRER A LES 12 H / SALA D'ACTES TRES ROQUES



Albert Masó, professor dels cursos Iniciació a la fotografia de natura, Fotografia de paisatge i Macro:fotografia d'aproximació a la natura al CFP Tres Roques, i en Manuel Pijoan ens presentaran i explicaran els secrets del seu nou llibre. Un dels estudis més complets i actualitzats, amb 1550 fotografies realitzades per 162 fotògrafs diferents, que s'ha realitzat fins ara en aquest camp. Comptarem amb la intervenció i l'anàlisi crítica de Eduard Finella i la projecció d'un audiovisual amb la selecció de les millors fotografies.

"NYAM-NYAM"

DE LOLA CASAS I FRANCESC CHIVA, COL·LECCIÓ PÍCNIC

DISSABTE 24 DE MARÇ A LES 12 H / SALA D'ACTES TRES ROQUES



Lola Casas ens parlarà del seu darrer llibre. Un petit llibre de poemes dedicats als menjars casolans que habitualment els nens prenen a la llar i a l'escola. Un recull útil i divertit per a tots els que pensen que els aliments són una font de plaer perquè els nens comencin a familiaritzar-se amb tot tipus d'aliments, els seu origen i les seves característiques.





REGALA FORMACIÓ AMB LA NOVA TARGETA REGAL!

A partir d'aquest trimestre podreu regalar els nostres cursos i tallers amb la nova targeta regal.

Si voleu regalar una activitat (curs, taller, monogràfic, etc.) ens heu de fer arribar, dins el període de sol·licitud d'inscripció, la Sol·licitud d'Inscripció Targeta Regal que podreu trobar a la nostra web o al mateix CFP Tres Roques.



En aquesta sol·licitud hi han de constar les dades de la persona a qui voleu fer el regal, les de qui fa el regal i les de l'activitat que voleu regalar.

Una vegada publicades les llistes amb l'acceptació de l'activitat i realitzat el pagament podreu descarregar i personalitzar la vostra Targeta Regal de la pàgina web.

Podem trobar tota la informació a la nostra pàgina web www.mataro.cat o, directament, al mateix centre.



TRES ROQUES Centre de Formació Permanent
Institut Municipal d'Educació / Ajuntament de Mataró

Pl. del Canigó, 7 (c. Tres Roques) / 08303 Mataró

Tel. 93 758 24 75 / Fax 93 758 24 76

tresroques@ajmataro.cat / ime@ajmataro.cat / www.mataro.cat

Matins / De dilluns a divendres de 8.30 a 14 h / Dissabtes de 10 a 13.30 h

Tardes / De dilluns a divendres de 16 a 21.30 h

Equipaments / Sala d'actes (100 persones) / 5 aules taller (50 m²)
2 sales de treball / 1 aula d'informàtica / 1 equipament de cuina

Localització GPS / Coordenades

+41° 32' 36.51" / +2° 25' 41.53" (41.543474,2.428203)

Equipament  accessible

