




CCVic
centres cívics

- * CCVic SANTA ANNA
- * CCVic PLAÇA D'OSONA
- * CCVic CAN PAU RABA
- * CCVic EL MONTSENY
- * CCVic LA GUIXA
- * CCVic JOAN TRIADÚ
- * CCVic SERRA-DE-SENFERM



TALLERS



TARDOR



**20
24**



INSCRIPCIONS

Les inscripcions s'obren el **dilluns**
9 de setembre a les 16 h
per a totes les activitats del trimestre

EN LÍNIA:

centrescivics.vic.cat

DE FORMA PRESENCIAL:

CCVic Joan Triadú

CCVic Plaça d'Osona

CCVic La Guixa

CCVic El Montseny

CCVic Can Pau Raba

CCVic Serra-de-senferm

de 9 h a 13 h
del 10 al 13 de setembre

de 16 h a 20 h
del 9 al 20 de setembre

* 11 de setembre festiu

CCVic Santa Anna

No s'hi portaran a terme
inscripcions presencials.

US RECORDEM QUE...

Ja no és possible el pagament a caixer. **Tots els pagaments, presencials o en línia, són amb targeta bancària.**

Les inscripcions es gestionen a través de la plataforma **Entràpolis** i cal un **registre previ**.

Diverses activitats són inclusives i d'altres, adaptables. En cas de diversitat funcional, demaneu informació ampliada a cada centre cívic.

 Més activitats, propostes i especials **CCVic** a centrescivics.vic.cat

TARDOR 2024

tallers	dates / sessions	horaris	preu
Iniciació a l'escriptura creativa Tècniques bàsiques per escriure històries que atrapin als lectors Elisenda Queralt	Dimarts / 10 SESSIONS Del 24 de setembre al 26 de novembre	19 h - 20 h	35 €
Cultura popular Un recorregut per les tradicions, festes, llegendes i més... de la nostra ciutat i comarca Xavier Roviró del Grup de Recerca Folklorica d'Osona	Divendres / 5 SESSIONS Del 27 de setembre al 25 d'octubre	18.30 h - 19.30 h	23 €
Introducció a la recerca genealògica Com documentar-se sobre avantpassats familiars per fer un arbre genealògic Francesc Rocafiguera	Dilluns / 5 SESSIONS Del 30 de setembre al 28 d'octubre Dimecres / 8 SESSIONS Del 2 d'octubre al 20 de novembre	Dilluns: 18.15 h - 19.45 h Dimecres: 20.15 h - 21.15 h	23 €
Qui són els ibers ausetans? El poble que va donar el nom a la comarca Montserrat de Rocafiguera, Jordi M. Gibert i Anna Morales	Dimecres / 5 SESSIONS Del 2 al 23 d'octubre Última sessió: dissabte 26 d'octubre (sortida a L'Esquerda)	Dimecres: 19 h - 20 h Dissabte: 11 h - 12.30 h (última sessió)	28 €
Nova pantalla. El món dels videojocs a Catalunya Exposició, conferències, taula d'experiències i més Cicle d'Arts Digitals de Vic 	Diverses activitats Del 15 de novembre a l'11 de desembre Consulteu programa propi.	Inauguració de l'exposició i visita guiada: 15 de novembre, 18.30 h	Gratuït
Introducció a les missions espacials Descobrirem com envien satèl·lits a l'espai Dani Sors de la IEEC	MONOGRÀFIC Dilluns, 11 de novembre (en motiu de la Setmana de la Ciència)	18.30 h - 19.30 h	Gratuït
Es-cultura Descobrirem l'escultura contemporània (i visita l'exposició d'Enric Pladevall) Mercè Iglesias	MONOGRÀFIC Divendres, 13 de desembre	18.30 h - 20 h	10 €

MÚSICA I MÉS



tallers	dates / sessions	horaris	preu
Entorn de treball Google Contactes, agenda (calendari), correu (gmail), tasks (tasques), keep (notes), drive i fotos Joan Riera	Dilluns / 8 SESSIONS Del 23 de setembre a l'11 de novembre	9.30 h - 11 h 18.30 h - 20 h	35 €
Fotografia de retrat Aprenem a mirar Silvia Pujols / La Farinera CAVV	Dimarts / 10 SESSIONS Del 24 de setembre al 26 de novembre	17 h - 18.30 h 18.30 h - 20 h	39 €
 LA FARINERA CENTRE D'ARTS VISUALS DE VIC			
Guitarra d'acompanyament Tècnica, primers acords i ritmes bàsics Carles Lloveras	Divendres / 10 SESSIONS Del 27 de setembre al 13 de desembre	18.15 h - 19.45 h	39 €
Club de lectura fàcil a la biblioteca Llegirem i comentarem llibres accessibles Fundació Sant Tomàs (Santa Anna) i Biblioteca Pilarin Bayés	5 SESSIONS D'octubre a desembre	Consulteu dates i horaris	Gratuït
 B			
Produeix la teva cançó de música urbana Aprenem a editar música pròpia Eloi Isern / Espai Lab Ausa (Biblioteca Pilarin Bayés)	Dilluns / 8 SESSIONS Del 14 d'octubre al 2 de desembre	18 h - 19.30 h	35 €
 B			
Acordiό Iniciació a aquest instrument tradicional Fernando Salinas	MONOGRÀFIC Dimecres, 25 de setembre	17.30 h - 20 h	13 €
Trobadors de glosa Taller de cançó improvisada Àlex Pujols / La Prèvia del Medieval	MONOGRÀFIC Dijous, 28 de novembre	18.30 h - 20 h	10 €
 PREVIA DEL MEDIEVAL			

tallers	dates / sessions	horaris	preu
Reeducació postural Estirament de cadenes musculars i reeducació postural Montse Sampol (matí) / Eva Solà Mascaró (tarda)	Dimarts / 10 SESSIONS Del 24 de setembre al 26 de novembre	9.15 h - 10.15 h 10.30 h - 11.30 h 18.30 h - 19.30 h 19.45 h - 20.45 h	39 €
loga dinàmic Trobar l'equilibri entre cos i ment a través de diferents exercicis posturals Elga Aguilar	Dimecres / 10 SESSIONS Del 25 de setembre al 27 de novembre Dijous / 10 SESSIONS Del 26 de setembre al 28 de novembre	Dimecres 19 h - 20 h 20.15 h - 21.15 h Dijous 9.45 h - 10.45 h 11 h -12 h (suau)	39 €
Tècniques de relaxació profunda Un espai de música, moviment i calma per alliberar-te de l'estrès i l'esforç quotidià Jasmina Cumeras	Dijous / 5 SESSIONS Del 3 al 31 d'octubre	18.45 h - 19.45 h	23 €
Karate familiar Aprendrem els moviments d'aquesta art marcial i, a través d'ells, el respecte a l'altre i la confiança Dolors Franquesa	Divendres / 5 SESSIONS Del 18 d'octubre al 22 de novembre	17.30 h - 19 h	23 €
Límits que ens cuiden Taller pràctic per posar en valor el que necessito Cooperativa Àgape / Organitza SIAD Vic i Osona de l'Oficina Tècnica d'Igualtat de Gènere i LGTBI+	Dijous / 3 SESSIONS 14, 21 i 28 de novembre	18 h - 20 h	Gratuït
Vida en ordre La importància de l'ordre i com integrar-lo a les nostres vides Carla Arguimbau	MONOGRÀFIC Dijous, 26 de setembre	18.30 h - 20 h	10 €
Vet aquí un conte Contes terapèutics per a comprendre i transformar les pròpies vivències Alba Serrat i Toni Puigdomènech	MONOGRÀFIC Dissabte, 26 d'octubre	10 h - 13 h	13 €

ARTESANIA I MANUALITATS

CCVIC
plaça d'osona

tallers	dates / sessions	horaris	preu
Ganxet Primers punts: cadeneta, punt alt, mig i baix Esteve Teixidó	Dilluns / 8 SESSIONS Del 23 de setembre a l'11 de novembre	10 h - 12 h 18 h - 20 h	48 €
Tècniques de recuperació de mobles i complements <i>Découpage</i> , pintura de guix, acabats... Assumpta Crusellas / Associació ASHES	Dimarts / 5 SESSIONS Del 24 de setembre al 22 d'octubre	18 h - 20 h	28 €
Aprofitament tèxtil: art texà Transformarem pantalons vells en belles peces reciclades Associació Tapís	Dijous / 5 SESSIONS Del 26 de setembre al 24 d'octubre	9.30 h - 11.30 h 18 h - 20 h	28 €
Talla de fusta Tècniques de buidat i texturat per fer una peça decorativa i pràctica Jordi Plantés	Divendres / 8 SESSIONS Del 27 de setembre al 22 de novembre	16 h - 18 h 18.30 h - 20.30 h	48 €
Urban sketch a la casa Pratdesaba Dibuixarem racons d'aquest lloc ple d'història Teresa Saumell	MONOGRÀFIC Dimarts, 8 d'octubre	10 h - 12 h 16 h - 18 h	13 €
Taller familiar: finestra d'hivern Composició amb tècnica mixta, tintes i <i>collage</i> Teresa Font	MONOGRÀFIC Dijous, 21 de novembre	18 h - 19.30 h	16 € (inclou un adult i un infant)
Pompó de llana Crearem un adorable ninot de neu Montse Marjanet de Recrea	MONOGRÀFIC Dijous, 28 de novembre	18 h - 20 h	16 €

DANSA, NATURA I ESPORT

CCViC
la guixa

tallers	dates / sessions	horaris	preu
Dances urbanes Fusiona't amb el ritme del <i>hip-hop</i> , del <i>dancehall</i> i de l'estil comercial Dance Studio Vic	Dimarts / 10 SESSIONS Del 24 de setembre al 26 de novembre	17.30 h - 18.30 h (de 8 a 12 anys) 18.30 h - 19.30 h (adults) 19.30 h - 20.30 h (adults)	39 €
Moviment vital Moviment expressiu de centres d'energia Marta Vila	Dimecres / 10 SESSIONS Del 25 de setembre al 27 de novembre	15.45 h - 16.45 h 17.15 h - 18.15 h	39 €
Marxa nòrdica Caminarem amb una tècnica i uns bastons dissenyats per a aquesta activitat Patricia Isern	Dijous / 8 SESSIONS Del 26 de setembre al 14 de novembre	9 h - 10 h 10 h - 11 h 18 h - 19 h (suau) 19 h - 20 h	35 €
Dansa contemporània Ball creatiu amb noves maneres de moure's Carla Zafra	Dijous / 8 SESSIONS Del 10 d'octubre al 28 de novembre	18 h - 19 h 19:15 h - 20.15 h	39 €
Sortida boletaire Identificació i recol·lecció Enric Gràcia	MONOGRÀFIC Dissabte, 20 d'octubre MONOGRÀFIC Diumenge, 23 de novembre	9 h - 13 h	16 €
Senderisme i muntanya Tot el que cal saber abans d'anar a la muntanya a fer esport Alba Rovira	MONOGRÀFIC Dimecres, 30 d'octubre	19 h - 21h	13 €
Orientació, l'eina imprescindible a la muntanya Sortida per aprendre a orientar-se amb mapa i brúixola Quim Vila	MONOGRÀFIC Dissabte, 16 de novembre	9 h - 12h	16 €

FERIA DE LA
MUNTANYA
16-18/2024

FERIA DE LA
MUNTANYA
16-18/2024

tallers	dates / sessions	horaris	preu
Cuina de fusió europea i catalana Receptes saludables i sostenibles de l'Europa oriental i de la Mediterrània Cooperativa Can Magi	Dilluns / 10 SESSIONS Del 23 de setembre al 25 de novembre	19 h - 20.30 h	54 €
Darrere els fogons d'Osona Cuina Plats de la gastronomia de la nostra comarca Diversos xefs dels restaurants d'Osona Cuina	Dimecres / 8 SESSIONS Del 2 d'octubre al 20 de novembre	18.30 h - 20.30 h	54 €
Iniciació a la pastisseria artesana Postres i dolços amb productes de temporada La Boulangerie	Dijous / 5 SESSIONS Del 3 al 31 d'octubre	18 h - 20 h	34 €
Introducció a la cuina vegana Menús equilibrats, nutritius i complets M. Àngels Piqué	Dimarts / 5 SESSIONS Del 5 de novembre al 3 de desembre	18.30 h - 20 h	34 €
Batch cooking de tardor Aprenem a organitzar i cuinar menús saludables i deliciosos Laura Barniol i Anna Masdeu	MONOGRÀFIC Dimecres, 25 de setembre	18.30 h - 20.30 h	16 €
Els secrets de la ratafia Tast i descoberta d'aquest licor tradicional David Gomis de Cal Siller	MONOGRÀFIC Divendres, 11 d'octubre	19 h - 21h	16 €
Tocats pels bolets Receptes amb el producte estrella de la tardor David Sanglas	MONOGRÀFIC Dimarts, 22 d'octubre	(2 grups) 10.30 h - 12.30 h 18.30 h - 20.30 h	16 €

TEATRE I COMUNICACIÓ

CCVIC
can pau raba

tallers	dates / sessions	horaris	preu
Construcció de personatge Treball teatral dinàmic i participatiu Aula Pedagògica d'Arts Escèniques	Dilluns / 10 SESSIONS Del 23 de setembre al 25 de novembre	19 h - 20.30 h	39 €
Anglès Iniciació a la llengua: primeres nocions i conversa bàsica Lidia Torras	Dimecres / 10 SESSIONS Del 25 de setembre al 27 de novembre	18.30 h - 20 h 20.15 h - 21.45 h	39 €
Negociació Una destresa útil en qualsevol àmbit de la nostra vida Damià Flores	Dilluns / 5 SESSIONS Del 30 de setembre al 28 d'octubre	18.30 h - 20 h	23 €
Joc teatral A través del joc practicarem la presència i l'escolta i despertarem l'expressió Mireia Gatius	Dijous / 8 SESSIONS Del 3 d'octubre al 21 de novembre	10 h - 11.30 h	35 €
Improclown Una sessió divertida, creativa i esbojarrada Montse Galobardes	MONOGRÀFIC Dijous, 3 d'octubre	19 h - 21h	13 €
Comunicació autèntica Eines per expressar-se amb la veu, el cos i les emocions Lydia Brugué	MONOGRÀFIC Dimarts, 8 d'octubre	18.30 h - 20.30 h	13 €
Habilitats i eines comunicatives Dinàmiques d'expressió verbal i no verbal Mercè Estrada	MONOGRÀFIC Dimecres, 20 de novembre	19 h - 21h	13 €

Vicjove
ALS CCVic

Activitats gratuïtes
per a infants i joves,
de 17 h a 20 h:

CCVic Can Pau Raba Dimarts i dijous

CCVic Serra-de-senferm Dilluns

CCVic Plaça d'Osona Dimecres

CCVic Santa Anna Dimarts i dijous

Més informació i inscripcions a
www.vicjove.cat



Vols millorar
la teva
memòria?



Apunta't als

TALLERS DE MEMÒRIA LÚDICA

i descobreix com entrenar-la de forma
divertida i eficaç. A partir de 65 anys.

CURS 2024/2025 ALS EQUIPAMENTS:

- * CCVic Can Pau Raba
- * CCVic La Guixa
- * CCVic Serra-de-senferm
- * Casal Cívic i Comunitari La Rambla
- * Casal Cívic i Comunitari Mossèn Guiteras
- * El Nadal
- * Biblioteca Pilarin Bayés

* Inscripcions a l'Oficina d'Atenció a la
Ciutadania (OAC) de la Plaça Major
i de la Biblioteca Pilarin Bayés.

* Del 2 al 30 de setembre
de 9 h a 14 h (no cal demanar hora).

* Preu: 20 €

Més informació per Whatsapp al **646 821 721**
o a benestar@vic.cat

ORGANITZA:

Àrea de Benestar i Família



Vic,
Ciutat
Cuidadora

EXPOSICIONS ALS CCVic

CCVic
Joan Triadú

Compta amb un gran espai expositiu amb programació cultural pròpia i a l'abast d'entitats i col·lectius.

EXPOSICIONS PREVISTES SETEMBRE - DESEMBRE 2024

Casserras, escultors de gegants

Associació de Geganters i Grallers del Carrer de la Riera de Vic

Del 15 de setembre al 3 de novembre

Inauguració: 15 de setembre a les 17 h

Maravillas de Eslovenia

Janez Kramar

Del 4 al 31 d'octubre

Inauguració: 4 d'octubre a les 19 h

Nova pantalla.

El món dels videojocs a Catalunya

Direcció General d'Innovació i Cultura Digital

Del 15 de novembre a l'11 de desembre

Inauguració: 15 de novembre a les 18.30 h

IV Concurs de fotografia - Premi Amics de la Ciutat - Vic

Associació Amics de la Ciutat de Vic

Del 2 al 17 de desembre

Inauguració i entrega de trofeus:

3 de desembre a les 19 h

EXPOSICIONS FOTOGRÀFIQUES A LA SALA ROMEU



7 de música

Del 31 d'agost al 28 de setembre

- El salt d'en Lindy
Núria Aguadé

- Orquestra Inclusiva de la Universitat de Vic
Miquel Sala

- Nous referents de la Nova Jazz Cava de Terrassa
Xavi Almirall

- Alma gitana
Jordi Oliver (3e1 al claustre)

- Blues visions
Associació AFOCER
(3e1 al Museu de l'Art de la Pell, a la rampa)

- En clau de nu
Eugeni Bel (3e1 a Les Adoberies)

- MMVV-23: Tres mirades
Carles Costa, Sergi Escaño, Ricard Jordà (3e1 a la Cafeteria de l'Indià)

Inauguració: 31 d'agost

Horari: Es portarà a terme de manera consecutiva, dins el recorregut 7 de música, amb inici al Restaurant L'Atlàntida a les 11 h i finalització al Centre Cívic Joan Triadú a les 13 h

Família / Famílies

Col·lectiva de socis Tres-e-u VicClic

Del 4 d'octubre al 6 de novembre

Inauguració: 4 d'octubre a les 19 h

Tersi Roquer: Iconografies de la diversitat

Tersi Roquer

Del 9 de novembre a l'11 de desembre

Inauguració: 9 de novembre a les 18 h

Estimada terra

Joan Guerrero

Del 9 al 28 de novembre

Inauguració: 9 de novembre a les 18 h

Costa Rica: Pura vida

Membres de l'Agrupació fotogràfica de Manlleu

Del 13 de desembre al 8 de gener de 2025

Inauguració: 13 de desembre a les 19 h



NOU!

1R RAL·LI FOTOGRÀFIC LA NIT DE VIC

18 d'octubre – 20 h / Centre Cívic Joan Triadú

- * Organitza Tres-e-u VicClic i Centres Cívics de Vic
- * Bases i inscripcions a centrescivics.vic.cat

CCVic Can Pau Raba

C. Raval Cortines, 24
T. 93 886 47 24
ccpauraba@vic.cat

CCVic Santa Anna

Parc de Santa Anna
T. 93 881 43 41
ccsantaanna@vic.cat

CCVic La Guixa

Pla del Maset, s/n
T. 93 885 06 81
cclaguixa@vic.cat

CCVic El Montseny

Av. del Montseny, 16
T. 93 889 57 63
ccmontseny@vic.cat

CCVic Plaça d'Osona

Pl. d'Osona, 3 baixos
T. 93 885 58 42
ccplosona@vic.cat

CCVic Joan Triadú

C. Arquebisbe Alemany, 5
T. 93 886 44 66
ccjoantriadu@vic.cat

CCVic Serra-de-senferm

C. Riera Major, 2
T. 93 885 49 70
ccserradesenferm@vic.cat



centrescivics.vic.cat



CentresCivicsVic



ccvic@vic.cat



CCivicsVic



centrescivicsvic

AMB LA COL·LABORACIÓ DE

- * Biblioteca Pilarin Bayés
- * La Farinera. Centre d'Arts Visuals de Vic
- * Vicjove
- * MEV. Museu d'Art Medieval
- * La prèvia del Medieval (VicFires)
- * Fira de la Muntanya (VicFires)
- * Cicle d'Arts Digitals de Vic
- * Direcció General d'Innovació i Cultura Digital.
Departament de Cultura de la Generalitat de Catalunya
- * Institut d'Estudis Espacials de Catalunya
- * Servei d'Informació i Atenció a les Dones Vic-Osona (SIAD)
- * Casa Pratdesaba
- * Ateneu de Vic



Ajuntament de Vic



Vic,
ciutat a la
mesura humana