



CAR JOVE
CURSOS
ACTIVITATS I SERVEIS
2018-2019



Ajuntament de Roses
www.roses.cat



ÍNDEX

PRESENTACIÓ	4	ACTIVATATS	16
		INFLUENCER ZONE	17
		AULA TEATRE JUVENIL	17
		EMOCIONA'T	18
		CLUB DE ROL DEL CAR	18
		CAR-DANCE	19
		LUDOTECA JUVENIL	19
		ESPLAI JOVE	20
		EN VIU	20
		L'ALTRA NIT (OCI NOCTURN ALTERNATIU)	21
		SERVEIS	22
		AULA D'ESTUDI	23
		ESPAI ART	23
		ESPAI DJ	24
		BUC D'ASSAIG	24
		PUNT D'INFORMACIÓ JUVENIL	25
		SERVEI D'ATENCIÓ A L'ADOLESCÈNCIA	25
		INSCRIPCIONS I INFORMACIÓ	26
CURSOS	5		
GUIARRA CLÀSSICA, ACÚSTICA nivell iniciació	6		
GUIARRA CLÀSSICA, ACÚSTICA nivell I	6		
GUIARRA ELÈCTRICA nivell iniciació	7		
GUIARRA ELÈCTRICA nivell I	7		
CREACIÓ DE CURTMETRATGES	8		
CURS INICIACIÓ DJ 1	8		
CURS INICIACIÓ DJ 2	9		
DANSA INCLUSIVA	9		
FOTOGRAFIA	10		
EDICIÓ FOTOGRÀFICA	10		
TÈCNQUES DE RELAXACIÓ	11		
DILLUNS TEMÀTICS	12		
COSMÈTICA NATURAL	13		
CUINA DE SUPERVIVÈNCIA	13		
DIY RECICLATGE DE ROBA	14		
PASTISSERIA CREATIVA	14		
TRÍCKING / PARKOUR (ACROBÀCIA URBANA)	15		
CIRC: TELES AÈRIES	15		

PRESENTACIÓ

Un any més, encetem el curs amb emoció i amb noves propostes al CAR. Arran de les demandes que ens heu fet arribar els i les joves, i amb ganes de mantenir les activitats més exitoses del CAR, us oferim un munt de propostes que no us deixaran indiferents. Entre les novetats, tenim tastets de tallers que es faran els dilluns i tindran una durada d'un mes. Us atreviu amb el circ, el parkour o la costura?

El CAR és un espai inclusiu, on tots els nois i noies tenen cabuda i on es poden compartir totes les activitats. Ens fa molta il·lusió proposar-vos una nova activitat de dansa inclusiva, a part de les habituals de teatre, música, rol...

El CAR és un espai de participació. A partir de diferents tallers i de l'esplai jove, es fomenta la participació juvenil. Ara bé... Teniu una idea? Teniu una proposta? Som tot orelles!

Aquests darrers mesos la proposta d'oci nocturn alternatiu ha triomfat entre els i les joves, i ha passat de ser una prova pilot a una activitat consolidada. Us esperem a *L'altra nit*.

En aquest llibret, hi trobareu les noves propostes de cursos, activitats i serveis que us ofereix el CAR.

Ens veiem al CAR!

Anna Jorquera
Regidora de Joventut

CURSOS

GUITARRA CLÀSSICA. ACÚSTICA

NIVELL INICIACIÓ

Octubre, novembre, desembre, gener, febrer i març

Dimecres de 18 a 19.30 h al CAR

A partir de 12 anys / màxim 10 participants / preu: 45 €

A càrrec de Víctor Giménez

Mínim d'inscrits: 3

Curs d'iniciació a la guitarra clàssica o acústica on aprendrem els acords bàsics per a guitarra.



GUITARRA CLÀSSICA. ACÚSTICA

NIVELL 1

Octubre, novembre, desembre, gener, febrer i març

Dimecres de 19.30 a 21 h al CAR

A partir de 12 anys / màxim 10 participants / preu: 45 €

A càrrec de Víctor Giménez

Mínim d'inscrits: 3

Curs de guitarra espanyola o acústica. Imprescindible saber els primers acords



GUITARRA ELÈCTRICA

NIVELL INICIACIÓ

Octubre, novembre, desembre, gener, febrer i març

Divendres de 18 a 19.30 h al CAR

A partir de 12 anys / màxim 5 participants / preu: 45 €

A càrrec de Víctor Giménez

Mínim d'inscrits: 3

Riffs, licks, arpegis, escales, acords i tot el necessari per desenvolupar, a poc a poc, l'amor i l'afició per la guitarra elèctrica. Descobrirem els secrets que amaga el que aviat serà el teu instrument preferit!



GUITARRA ELÈCTRICA

NIVELL 1

Octubre, novembre, desembre, gener, febrer i març

Divendres de 19.30 a 21 h al CAR

A partir de 12 anys / màxim 5 participants / preu: 45 €

A càrrec de Víctor Giménez

Mínim d'inscrits: 3

Amplia els teus coneixements de guitarra elèctrica a través dels diferents estils (blues, rock, country, jazz...)



CREACIÓ DE CURTMETRATGES

Octubre, novembre, desembre, gener, febrer i març

Dijous de 16 a 18 h al CAR

A partir de 12 anys / màxim 15 participants / preu: 45 €

A càrrec d'Ernest Ollero

Mínim d'inscrits: 7

3, 2, 1... Acting! És un taller de cinema destinat a joves que vulguin descobrir el món de l'audiovisual. Farem un recorregut per les diferents tècniques artístiques i creatives, i aprendrem les bases tècniques perquè puguis arribar a fer la teva pròpia pel·lícula! Llums, càmera, acció!



CURS INICIACIÓ DJ 1

11, 18 i 25 d'octubre

Dijous de 18 a 20 h al CAR

A partir de 12 anys / màxim 3 participants / preu: 45 €

A càrrec d'Andreu Viarnés

Mínim inscrits: 3

Curs bàsic per aprendre a punxar amb la Pioneer XDJ-R1 i la Traktor Control S2 del CAR.

Un cop finalitzat el curs, gaudeix practicant al buc d'assaig del CAR, durant tot l'any, de forma autodidacta i gratuïta a l'Espai DJ.



CURS INICIACIÓ DJ 2

8, 15 i 22 de novembre

Dijous de 18 a 20 h al CAR

A partir de 12 anys / màxim 3 participants / preu: 45 €

A càrrec d'Andreu Viarnés

Mínim inscrits: 3

Curs bàsic per aprendre a punxar amb la Pioneer XDJ-R1 i la Traktor Control S2 del CAR.

Un cop finalitzat el curs, gaudeix practicant al buc d'assaig del CAR, durant tot l'any, de forma autodidacta i gratuïta a l'Espai DJ.



DANSA INCLUSIVA

Octubre, novembre, desembre, gener, febrer i març

Divendres de 17.30 a 19 h al CAR

A partir de 12 anys / màxim 10 participants / preu: 45 €

A càrrec d'Espai Mira, ens movem diferent

Mínim d'inscrits: 5

Activitat de dansa inclusiva per a joves del municipi, a través de la qual els i les joves podran gaudir dels beneficis de la dansa i podran comprovar com tots i totes poden ballar, encara que les capacitats de cadascú siguin diferents. La finalitat de treballar durant un curs sencer serà poder mostrar el treball realitzat amb una petita mostra final. Les classes seran d'una hora i mitja setmanals, des del mes d'octubre fins al mes de març, i es dividiran de la següent manera: escalfament, tècnica i part coreogràfica.



FOTOGRAFIA

Octubre, novembre, desembre, gener, febrer i març

Dijous de 20 a 22 h al CAR

A partir de 16 anys / màxim 15 participants / Preu: 45 €

A càrrec de Alberto Martínez

Mínim d'inscrits: 5

Llum, composició, obturador, ISO, píxels, color... T'agradaria endinsar-te en el món de la fotografia? Aquest és el teu curs. Aprenrem com funciona una càmera digital i l'edició posterior. Es recomana disposar d'una càmera de fotos manual (Reflex, Evil o Compacta) i d'un ordinador personal.



EDICIÓ FOTOGRÀFICA

Gener, febrer i març

Dijous de 20 a 22 h al CAR

A partir de 16 anys / màxim 15 participants / Preu: 30 €

A càrrec de Alberto Martínez

Mínim d'inscrits: 5

Edició fotogràfica a través de diferents programaris d'edició (Ligthroom, Photoshop i Capture One). Es realitzaran diverses tècniques d'edició com la separació de freqüències, Dodge and Burn, contrastos...



TÈCNiques DE RELAXACIÓ

Gener, febrer i març

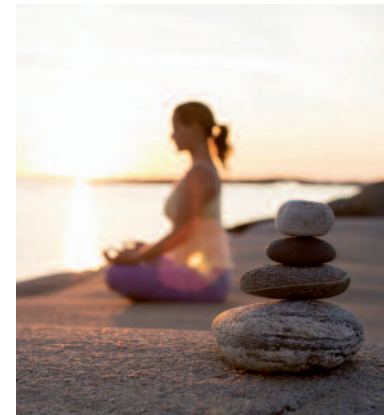
Dijous de 20 a 21 h al CAR

A partir de 18 anys / màxim 15 participants / Preu: 45 €

A càrrec d'Edgar Tarrés

Mínim d'inscrits: 5

Taller molt pràctic per aprendre tècniques de relaxació. Pautes per adquirir bons hàbits saludables relacionats amb treure l'estrès i l'ansietat, potenciar el nostre sistema immunològic i aprendre a descansar.



DILLUNS TEMÀTICS

COSMÈTICA NATURAL

15, 22 i 29 d'octubre. Dilluns de 18 a 20 h

De 14 a 17 anys / màxim 15

A càrrec de Càrites Roses

Mínim d'inscrits: 6

Inscripció gratuïta al CAR

[Reis naturals i ecològics amb herbes conegudes i aliments del rebost.](#)

[Vols saber fer un ungüent i conèixer les plantes medicinals de la zona?](#)



CUINA DE SUPERVIVÈNCIA

5, 12, 19 i 26 de novembre. Dilluns de 18 a 20 h

De 14 a 17 anys / màxim 15

A càrrec de Càrites Roses

Mínim d'inscrits: 6

Inscripció gratuïta al CAR

[Taller per aprendre a cuinar aliments de la dieta mediterrània de manera bona, saludable i barata.](#)



DIU RECICLATGE DE ROBA

3, 10 i 17 de desembre. Dilluns de 18 a 20 h

De 14 a 17 anys / màxim 15

A càrrec de Càrites Roses

Mínim d'inscrits: 6

Inscripció gratuïta al CAR

Tens roba que no fas servir? Deixa't portar per la imaginació i la creativitat. Aprèn a transformar una samarreta en una bossa de mà, uns texans en un estoig...



PASTISSERIA CREATIVA

14, 21 i 28 de gener. Dilluns de 18 a 20 h al CAR

A partir de 12 anys / màxim 15 participants

A càrrec de Laia Segura

Mínim d'inscrits: 5

Inscripció gratuïta al CAR

Posarem en pràctica i aprendrem les nocions més bàsiques sobre pastisseria creativa. Decorarem cupcakes, personalitzarem galetes i farem divertits cake pops. Davantal a punt?.



TRÍCKING / PARKOUR

4, 11 i 18 de febrer. Dilluns de 16.30 a 18 h al CAR

A partir de 14 anys / màxim 10 participants

A càrrec de Bot-Gym

Mínim d'inscrits: 5

Inscripció gratuïta al CAR

Tricking: És un esport d'expressió corporal derivat de disciplines marcial com el taekwondo, karate, wushu i capoeira, basat en la gimnàstica artística i que, a més, incorpora moviments de break dance. És una combinació de salts, girs, parades i tombarelles.

Parkour: És l'art del desplaçament. És una disciplina que consisteix a desplaçar-se pel medi urbà o natural, superant els obstacles que es presenten en el camí, de la forma més fluida possible, i servint-se únicament del propi cos.



CIRC: TELES AÈRIES

11, 18, 25 i 30 de març. Dilluns de 18 a 20 h

A partir de 12 anys / màxim 10 participants

A càrrec de Janira Fernández

Mínim d'inscrits: 5

Inscripció gratuïta al CAR

Les teles aèries són una disciplina del circ, entre l'art i l'esport, que ens manté en forma i fomenta la creativitat i l'autoconeixement, mitjançant evolucions coreogràfiques i acrobàtiques, suspesos en una tela.



ACTIVITATS

INFLUENCER ZONE

Octubre, novembre, desembre, gener, febrer, març, abril i maig

Dimecres de 17 a 18 h al CAR

De 12 a 17 anys

Màxim 15 participants

Dinamitzat pel CAR

Inscripció gratuïta al CAR

T'agradaria muntar un canal de Youtube? Ets saps moure per les xarxes?

Vols ser *influencer*? Som-hi doncs! T'esperem per fer-la grossa per la xarxa.



AULA TEATRE JUVENIL

Octubre, novembre, desembre, gener, febrer, març i abril

Dimecres de 18 a 20 h al CAR

De 12 a 17 anys

Màxim 20 participants (inscripció gratuïta)

A càrrec de Llegendària Lleure

Inscripció gratuïta al CAR

Apunta't a formar part de la companyia de teatre juvenil del CAR. El teatre, una experiència que s'ha de viure des de dins.



EMOCIONA'T

Gener, febrer, març, abril, maig i juny. Dimarts de 18 a 20 h al CAR

De 12 a 17 anys

Places limitades

A càrrec de Llegendària Lleure

Inscripció gratuïta al CAR

Com et trobes avui? T'ho has preguntat? No ho saps explicar? Saps com resoldre els embolics? Si no ho tens clar, vine i t'ajudarem a aclarir-te les idees! Un espai per compartir amb col·legues, els de sempre, i per fer-ne de nous.



CLUB DE ROL DEL CAR

Octubre, novembre, desembre, gener, febrer, març, abril i maig

Dimarts de 16 a 18 h, de 12 a 16 anys

Dijous de 17.30 a 19.30 h, de 12 a 16 anys

Divendres de 18 a 21 h, a partir de 17 anys

Places limitades

A càrrec de Llegendària Lleure

Inscripció gratuïta al CAR

Vine a descobrir jocs de rol i a jugar-hi al Club de Rol del CAR: posa't a la pell de l'heroi de la teva pròpia aventura i viu en primera persona l'emoció d'aquests jocs de taula imaginatius tan populars!



CAR-DANCE

Octubre, novembre, desembre, gener, febrer, març, abril i maig

Dimarts de 16 a 18 h

A partir de 12 anys

A càrrec de Llegendària Lleure

No cal inscripció

Tens ganes de ballar? Doncs posa't els escafadors i vine a les sessions de CAR-Dance amb la Wii



LUDOTECA JUVENIL

Octubre, novembre, desembre, gener, febrer, març, abril, maig i juny

Divendres de 16 a 20 h al CAR

A partir de 12 anys

A càrrec de Llegendària Lleure

No cal inscripció

Al CAR, cada divendres a la tarda, us esperen una pila de jocs de taula nous per descobrir: la taula de ping-pong de sempre i les nostres videoconsoles (PlayStation 4 i Wii)! Vine amb les teves amigues i amics a jugar una estona o a fer tertúlia a la zona de bar i al racó de lectura! T'hi esperem!



ESPLAI JOVE

Novembre, desembre, gener, febrer, març i abril

Dissabtes de 16 a 20 h al CAR

De 12 a 17 anys. Places limitades

A càrrec de Llegendària Lleure

Per a més informació i inscripcions: CAR

Una proposta de lleure juvenil per als dissabtes d'hivern. Viu l'aventura del CAR, un espai per compartir, aprendre i fer amics amb tota mena d'activitats culturals, lúdiques, esportives i recreatives, a més d'excursions mensuals i acampades trimestrals. Tens preparada la motxilla?



EN VIU

Octubre, novembre, desembre, gener, febrer, març i abril

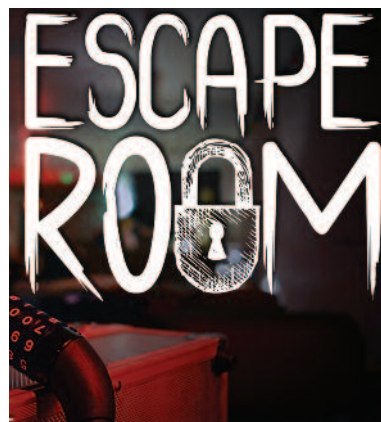
Dilluns de 17 a 18.30 h al CAR

A partir de 12 anys

A càrrec de Llegendària Lleure

Inscripció gratuïta al CAR

Cluedo en viu, jocs de rol en viu, jocs d'escapada en viu (room escape)... Engueguem un grup obert de participació per posar en marxa totes aquestes activitats de moda, amb tallers relacionats amb cadascuna de les activitats, per aprendre a gestionar l'esdeveniment, preparar les pistes, les disfresses i tot allò necessari per participar-hi com a jugador, o bé per organitzar el nostre grup d'amics per preparar el nostre propi esdeveniment!



L'ALTRA NIT OCI NOCTURN ALTERNATIU

D'octubre a maig

Dissabtes (quinzenal) de 20 a 01 h al CAR

A partir de 14 anys

A càrrec de Llegendària Lleure

Activitat gratuïta

Videojocs en xarxa, sessions musicals, campionats esportius, nits temàtiques, gimcanes, Geocaching, jocs de taula, cinefòrums, guerra de pintura (paintball)..., una manera alternativa de sortir els caps de setmana.



SERVEIS

AULA D'ESTUDI

D'octubre a juny

De dilluns a divendres de 16 a 20 h

A partir de 12 anys

A càrrec de Llegendària lleure

Vine a estudiar i fer els deures a l'aula d'estudi del CAR, un espai tranquil i amb accés a Internet, on podràs cercar i consultar informació per als teus treballs. Si vols aprendre tècniques d'estudi, aquest també és el teu espai.



ESPAI ART

D'octubre a juny

Dimecres de 18 a 22 h al CAR

A partir de 12 anys

Dinamitzat per joves del CAR

T'agrada el dibuix? T'agradaria compartir la teva afició? Has pensat mai a muntar una exposició i no trobes l'espai, el moment o els recursos? Aquest és el teu espai, no ho dubtis..



ESPAI DJ

De gener a juny
Dijous de 18 a 20 h
A partir de 12 anys
Dinamitzat per joves del CAR

T'interessa el món del discjòquei? Tinguis o no experiència, aquest és el teu espai per conèixer joves amb la mateixa afició, compartir coneixements i muntar mil mogudes. El buc musical del CAR us espera!



BUC D'ASSAIG

D'octubre a juny
De dilluns a divendres de 16 a 22 h
Reserves de torns a partir del 17 de setembre
Gestió a càrrec de Llegendària Lleure

Un espai insonoritzat, totalment equipat amb una bateria, amplificadors per a guitarres i el baix, micròfons i equip per a les veus, reproductor de CD i MP, connexió WIFI... I, el més important, amb gent que comparteix el vostre interès per la música!



PUNT D'INFORMACIÓ JUVENIL

De setembre a juny
De dilluns a divendres de 16 a 20 h
No cal cita prèvia

El PIJ del CAR és un servei d'informació i orientació juvenil, a més d'un espai de referència per a l'activitat i la participació juvenil. Busques feina? Formació? Activitats de lleure? O potser tens dubtes en sexualitat, salut, viatges, estudis, voluntariat...? Vine al CAR i surt de dubtes.



SERVEI D'ATENCIÓ A L'ADOLESCÈNCIA

D'octubre a juny
Dimarts matí
A càrrec de l'Associació Ranura
Amb cita prèvia
Servei d'orientació psicològica per a joves de Roses



PREINSCRIPCIONS I INSCRIPCIONS

Les preinscripcions els cursos i tallers es podran fer al Centre d'Activitats de Roses (CAR), del 17 de setembre al 28 de setembre de 2018.

Un cop s'arribi al mínim de participants preinscrits necessaris per a l'inici de cada curs, s'informarà als interessats per tal de formalitzar la inscripció i efectuar el pagament de la quota corresponent a través de l'imprès d'autoliquidació.

Les inscripcions es realitzaran al servei d'Atenció al Ciutadà (SAC) o a través del portal web inscripcions.roses.cat, de l'1 al 7 d'octubre de 2018.

MÉS INFORMACIÓ

CAR JOVE

Gran Via de Pau Casals, 39-45. 17480 Roses

Tel. 972 150 888

joventut@roses.cat

www.roses.cat



Segueix-nos a: [carjoveroses](https://www.facebook.com/carjoveroses)





EL CAR JOVE



Ajuntament de Roses
www.roses.cat



Segueix-nos a: [carjoveroses](#)



Col·laboren:

