

L'Ateneu

25
ANYS
CURSOS I TALLERS

CURSOS I TALLERS
PROGRAMACIÓ
DE TARDOR

Setembre a
desembre 2023

Inici d'inscripcions

1 de setembre

Inici de cursos

25 de setembre



Inscripcions també **on-line**
www.ateneu.cat

ÍNDEX

HUMANITATS I PENSAMENT

Pàgina 9

INFANTS I JOVES

Pàgina 9

BENESTAR: COS I MENT

Pàgina 10

IDIOMES

Pàgina 13

FOTOGRAFIA

Pàgina 16

FORMACIÓ

Pàgina 16

DANSA

Pàgina 17

CONEIXEMENTS I LLEURE

Pàgina 18

NARRATIVA I LITERATURA

Pàgina 19

ART I CREATIVITAT

Pàgina 20

INFORMÀTICA I INTERNET

Pàgina 21

HORT I JARDÍ

Pàgina 22

CUINA I GASTRONOMIA

Pàgina 23

I TAMBÉ...

Pàgina 26

PROGRAMACIÓ CULTURAL

Pàgina 30

CALENDARI

Dilluns

Matí

- Alemany 0
- Anglès
- Aprèn a cosir a màquina
- Català inicial
- *Cucina italiana in italiano*
- Descubrim l'art
- Dibuix i iniciació al color
- Exercici terapèutic virtual
- Italià 1 +
- loga Hatha
- Manipulador d'aliments i seguretat alimentària
- Millora la teva memòria a través dels mapes mentals
- Monogràfics d'art
- Música d'ahir
- Perd la por a l'ordinador
- Taitxí
- Txikung
- Word bàsic

Tarda

- Anglès
- Aprèn a cosir a màquina
- Balls de plaça
- Balls de saló
- Blog d'autor
- Català inicial
- Cineclub
- Cuina per a principiants
- Cuina creativa
- Cuina de Nadal
- Descubrim l'art
- Fotografia
- *Groupe de lecture en français*
- *Groupe de lecture en français*
- *Monthly English book club*
- *Linedance Country*
- Llibre digital
- Patchwork de Nadal
- Pilates
- Salsa i bachata

Dimarts

Matí

- Alemany
- Anglès
- *Book club*
- Escriptura creativa
- Escriure una novel·la
- Exercici terapèutic
- Francès
- Hipopilates
- Història de la fotografia
- loga salut
- Italià: perfeccionament
- Monogràfics de música clàssica

Tarda

- Anglès
- Anglès conversa
- Artteràpia i emocions
- Cuina creativa
- Cuina de Nadal
- Descubrim l'art
- Dibuix i tècnica al llapis
- Escriptura creativa
- loga per a embarassades
- Italià
- loga Hatha Vinyasa
- Francès 1
- Francès i *Tour de France* de les regions
- Francès conversa
- Grup de lectura de novel·la negra
- Història: viatges i viatgers a l'Edat Mitjana
- Història del cinema

Dimecres

Matí

- Activitat d'intercanvi social: Caminades
- Anglès
- Anglès conversa
- *Book club*
- Català inicial
- Català conversa
- Cos en salut i moviment
- Exercici Terapèutic
- Música d'ahir
- Italià
- loga
- Perd la por a l'ordinador
- Taitxí
- Taller de pa artesà
- Txikung

Tarda

- Anglès
- Català inicial
- Català escrit
- Cuina creativa
- Dibuix i iniciació al color
- *Gruppo di lettura in italiano*
- Iniciació al tast de vi
- loguïlats
- Italià
- Masterclass d'escriptura de guió
- Parla anglès sense vergonya
- Patchwork
- Pilates
- Salsa i Bachata
- Taitxí
- Txikung

Dijous

Matí

- Alemany conversa
- Anglès
- Cuina a mida
- Cuina creativa
- Exercici terapèutic
- Francès
- Francès: comprensió i expressió oral
- loga Hatha
- loga salut
- Italià
- Italià conversa
- *Lisons et bavardons*
- Música d'ahir
- Petites històries
- *Talk about it*

Migdia

- Anglès
- Francès

Tarda

- Anglès
- Dansa Jazz
- Dansa i expressió corporal
- Dibuix i iniciació al color
- Coneix i millora la teva memòria
- Escriptura creativa
- Espai d'acolliment lingüístic (grup de joves)
- Fotografia amb el mòbil
- Fotografia panoràmica
- Grup de lectura literatura universal
- Grup de lectura literatura catalana
- *Mindfulness*
- Organitza les teves fotos
- Pans nòrdics
- Pica-pica de Nadal
- Poder i desigualtat
- Pilates

Divendres

Matí

- Anglès
- Descubrim l'art
- Espai de música i cant
- Espai d'acolliment lingüístic
- *Français entre nous*
- Francès cultura
- Italià 0
- *Letture a colazione*
- Pastisseria creativa de tardor
- Pilates
- Ruta gastroasiàtica
- Taller específic de sol pelvià i *core*
- Teatre d'intercanvi social
- Treu partit del mòbil i la tauleta

Tarda

- Taller de fermentació i aprofitament: alegria i putrefacció
- Balls de saló inicial / avançat
- Català escrit
- Català inicial
- Com iniciar un hort d'autoconsum
- Cos i salut en moviment
- Cuina vegetariana de Nadal
- Dietes d'aprimament i mites alimentaris
- Kokedama
- *Lettering* de Nadal
- Monogràfics de dibuix
- Pans nadalencs
- Portuguès
- Receptes veganes sense gluten

Dissabte

Matí

- Aprèn a cosir a màquina
- Arrossos
- Cuina i pastisseria per a infants i joves
- Cuina tradicional de la picada i el sofregit
- Ball de bot
- Ballada oberta de *Linedance Country*
- Català inicial
- Cultiva el teu hort
- Conversa en francès
- *Cupcakes* de globus de neu
- Escriptura creativa: Microrelats
- Introducció a l'Excel
- Kokedama de Nadal
- *Mindfulness*
- Plats que fan festa
- Plats de fonda
- Taller de bonsais
- Tallers de correcció postural
- Taller de pessebres per a infants i joves
- Taller de músiques del món
- Taller de pizza amb Garden Pizza
- Sarau
- Shiatsu
- Un món de plantes oblidades

INSCRIPCIONS. TAMBÉ PER INTERNET

Presencialment o per internet, a través de www.ateneu.cat/inscripcions.

Cal realitzar el pagament per formalitzar la inscripció a un curs, no es fan reserves.

Un cop feta la inscripció, en cas de renúncia de la plaça, només és retornable el 80% de l'import total avisant una setmana abans de començar el curs. Amb menys d'una setmana d'antelació, no se'n farà cap devolució.

En cas que per situació extraordinària l'Ateneu es vegi obligat a suspendre les classes presencials, aquestes passaran a fer-se en format online a través de la plataforma preparada per a tal efecte.

Les classes que perdi l'alumne/a no són recuperables ni se n'abonarà l'import.

El centre es reserva el dret d'anul·lar el curs si no té el mínim d'inscripcions requerit, així com de variar l'horari, l'espai o professorat de l'activitat. En cas d'anul·lació del curs per part de l'Ateneu, se'n retornarà l'import.

Els cursos comencen a partir del **25 de setembre fins al 22 de desembre**, tret d'aquells en què s'especifiqui el contrari. Els preus indicats són per a la totalitat del curs.

També oferim alguns **CURSOS EN LÍNIA**  L'alumnat disposarà d'una plataforma virtual preparada per a tal efecte.

INSCRIPCIONS ON-LINE

Com fer-ho? Molt fàcil:

1. Entra a www.ateneu.cat/inscripcions
2. Si és el primer cop que fas una inscripció a l'Ateneu a través de la web, clica a la pestanya **REGISTRE** (a dalt a la dreta).
3. Omple les dades que et demanen i fes clic a **ACCEPTAR**, al final de tot de la pàgina.
4. Si ja t'havies registrat abans, hauràs de clicar la pestanya **LOG IN** (a dalt a la dreta) i posar el teu mail i contrasenya.
5. Un cop hagi iniciat sessió, remena i tria el curs que vulguis. **Afegeix-lo a la cistella on et vols inscriure i passa per caixa!**

Si tens algun problema **truca'ns i t'ajudem a fer-ho pas a pas.**

COM FER-SE SÒCIA/SOCI

Quota general 88€/any

Quota reduïda (persones jubilades, menors de 30 o en situació d'atur) **68€/any**

Quota familiar

(1r membre paga la quota general i a partir del 2n paguen la quota familiar) **48€/any**

Possibilitat de pagament fraccionat en quatre quotes trimestrals

5% de descompte en pagaments anuals. Consulta la resta d'avantatges i els descomptes a comerços que gaudiràs si et fas soci a www.ateneu.cat/lateneu/socis/

+ info: secretaria@ateneu.cat

PER QUÈ L'ATENEU?

L'Ateneu és una entitat cultural sense ànim de lucre nascuda al 1956. A més d'un munt de cursos i tallers cada trimestre, l'Ateneu té una àmplia programació cultural gratuïta i diversos projectes de responsabilitat social (com ara envelliment actiu, salut mental, acollida de ciutadania nouvinguda o reforç escolar) i activitats de sensibilització ambiental, com el Mercat de Pagès o el Mercat de 2a mà. L'Ateneu és un punt de trobada i relació on tothom hi és benvingut.

Com a entitat, l'Ateneu està format per molts granets de sorra: d'una banda, persones que paguen una petita quota anual per tal de tenir veu i vot en tota aquesta tasca cultural i social, o simplement persones usuàries que venen a fer un curs trimestral i amb la seva inscripció fan possible que l'Ateneu faci un retorn a la ciutat en forma de programació cultural gratuïta i projectes socials.

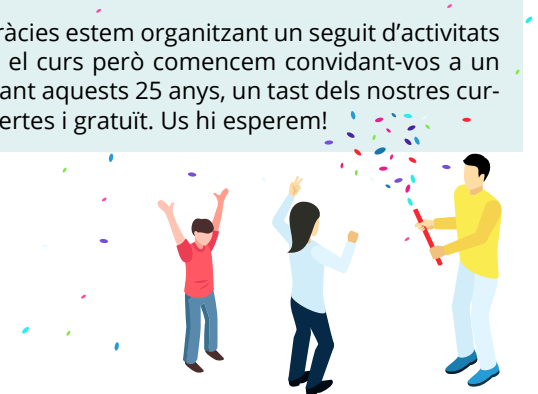
Tu també pots contribuir a fer créixer l'Ateneu, a fer créixer la cultura a la ciutat. Tenim les portes obertes, t'hi afegeixes?

25 ANYS DE CURSOS I TALLERS

Amb la programació de tardor d'enguany comencem la celebració dels 25 anys organitzant cursos i tallers de manera ininterrompuda, concebuts per trimestres i amb un ampli ventall de disciplines i formats. 25 anys durant els quals hem teixit complicitats amb totes les persones usuàries que ens hi heu acompanyat gaudint de les activitats, formant-vos, aprenent, cuidant-vos i sobretot relacionant-vos entre vosaltres creant llaços d'amistat, afinitat i cohesió.

Gràcies a tots els usuaris d'aquests anys i les excel·lents persones que han format el professorat, equips tècnics i juntes de l'entitat hem esdevingut un espai de referència a Sant Cugat per a la formació, la cultura i l'atenció a la ciutadania.

Per celebrar-ho i donar-vos les gràcies estem organitzant un seguit d'activitats que desenvoluparem durant tot el curs però comencem convidant-vos a un tast d'allò que hem sabut fer durant aquests 25 anys, un tast dels nostres cursos i tallers, en format portes obertes i gratuït. Us hi esperem!



L'ATENEU EN PORTADES

Per celebrar aquest aniversari us convidem a fer un viatge per alguns dels programes de cursos i tallers que hem publicat al llarg d'aquests 25 anys



PORTES OBERTES Sessions gratuïtes, cal reservar la plaça

Perquè gaudiu del que portem fent 25 anys, oferirem entre el **14 i 16 de setembre** més de **35 sessions gratuïtes** per fer un tastet de què es fa a l'Ateneu i que pugueu conèixer el professorat, les instal·lacions i el contingut dels cursos o, si ja sou alumnes, proveu de fer aquell taller que sempre us ha interessat...



Dijous 14 de setembre:

10 a 11 h: CONVERSA EN ALEMANY

Astrid Kluska

10.45 a 11.45 h: TXIKUNG

Dolors Hernando Prieto

17.30 a 18.30 h: MINFULNESS

Marta Diez Geijó

19.15 a 20.15 h: DANSA JAZZ

Ada Cañizares Abad

20 a 21 h: FOTOGRAFIA PANORÀMICA

Ramon Cugat Mauri

19 a 20 h: CUINA CREATIVA

Manel Gallego Miralles

Divendres 15 de setembre

10 a 11 h: FRANCÈS CULTURA Anne Calme

10 a 11 h: TALLER ESPECÍFIC DE

SÒL PELVIÀ I CORE Mònica Roca Ortíz

11 a 12 h: ANGLÈS 1 + Montse Català Batalla

11 a 12 h: HISTÒRIA DE LA FOTOGRAFIA I

EL SEU IMPACTE A LA SOCIETAT Anne Calme

11.30 a 12.30 h: CATALÀ ESCRIT

Rosa Dopazo Sanllehí

17 a 18 h: PILATES Jordi Sanz Lopez-Higueras

17 a 18 h: FOTOGRAFIA: INICIACIÓ

Cal portar la càmera Bernat Millet Altarriba

17.30 a 18.30 h: DIBUIX I INICIACIÓ AL

COLOR

Katerina Alavedra-Duchoslaw

17.30 a 18.30 h: CONVERSA EN ITALIÀ

Massimo Tinnirello

18 a 19 h: PORTUGUÈS, INICIACIÓ Ana Pires

18 a 19 h: CONEIX I MILLORA

LA TEVA MEMÒRIA Joan Ruiz Cullerell

18 a 19 h: MÚSICA D'AHIR

Montse Moscardó Bes

19 a 20 h: ESCRITURA CREATIVA

Susana Camps Perarnau

19 a 20 h: PARLA L'ANGLÈS SENSE

VERGONYA

Jan Brożyński

19 a 20 h: BALLS FOLK, BALLS DE PLAÇA

Joan Codina Vila

19 a 20 h: IOGA PER A EMBARASSADES

Arantxa Masachs Vilarino

19 a 20 h: LLIBRE DIGITAL / BLOG D'AUTOR

Cal portar el portàtil. Núria Martínez Burgos

19.30 a 20.30 h: ARTTERÀPIA I EMOCIONS

Cal portar material: bloc o fulls i colors, ceres, etc.

Elsa Pons Figueras

20 a 21 h: SALSA I BACHATA

Carmen Rosa Gómez

20 a 21 h: DANSA I EXPRESSIÓ CORPORAL

Berta Baladas Martínez

Dissabte 16 de setembre

10 a 11 h: IOGA HATHA

Isolda Rocamora Pàmies

10 a 11 h: DESCOBRIM L'ART

Rosa Dopazo Sanllehí

10.30 a 11.30 h: FRANCÈS I TOUR DE FRANCE

DE LES REGIONS

Noemí Cañete Viñals

11.30 a 13.30 h: LINEDANCE COUNTRY

Maria Rovira Porta

11 a 12 h: COS I SALUT EN MOVIMENT

Glòria Madrigal Mir

11 a 12 h: PETITES HISTÒRIES / VIATGES I

VIATGERS Rosa Dopazo Sanllehí

11 a 12 h: INTRODUCCIÓ A L'EXCEL

Cal portar el portàtil. Axel Cayuela López

11.30 a 12.30 h: PATCHWORK

Dolors Ribot Alsina

12 a 13 h: HISTÒRIA DEL CINEMA

Ignasi Muñoz Hidalgo

HUMANITATS I PENSAMENT



MONOGRÀFICS D'HISTÒRIA DE LA MÚSICA CLÀSSICA **NOU**

Dimarts de 12 a 13.30 h

L'ORQUESTRA SIMFÒNICA 17 d'octubre

LES VEUS

14 de novembre

LA MÚSICA MEDIEVAL I EL RENAISSAMENT 19 de desembre

Preu de cada monogràfic: 14€ (sòcia/soci: 12€)

Preu de les tres sessions: 34€ (sòcia/soci: 30€)

Prof: Valeri Cabòs i Mur

DESCOBRIM L'ART DOMÈNECH I MONTANER PINTURA ROMÀNICA

Vegeu Art i creativitat, pàgina 20

HISTÒRIA DEL CINEMA CINECLUB: EL CINE DINS DEL CINE

Vegeu Coneixements i lleure, pàgina 18

INFANTS I JOVES



TALLER DE PESSEBRES PER A INFANTS I JOVES

Vine a fer figures de pessebre amb materials diversos

De 6 a 12 anys

11 a 12.30 h

2 de desembre

Preu: gratuït

A càrrec de: Pou d'art

CUINA I PASTISSERIA PER A INFANTS I JOVES

Dissabte de 10.30 a 13 h

11 de novembre

Preu: 35€ (sòcia/soci: 31€)

Prof: M. José Muñoz Llaveró

CUPCAKES DE GLOBUS DE NEU

Vegeu Cuina i gastronomia, pàgina 25

ESPAI D'ACOLLIMENT LINGÜÍSTIC PER A JOVES

Primer contacte amb la llengua catalana

Vegeu Català per a tothom, pàgina 26

PODER I DESIGUALTAT

Sistemes econòmics

Dijous de 19.15 a 20.45 h

2 i 9 de novembre

Preu: 20€ (sòcia/soci: 18€)

Prof: Francesc Borràs Torredelfors

PETITES HISTÒRIES

La història en petit

Dijous de 9.30 a 11 h

Del 28 de setembre al 21 de desembre

Preu: 130€ (sòcia/soci: 114€)

Sessió gratuïta: dissabte 16 de setembre d'11 a 12 h. Cal inscripció

Prof: Rosa Dopazo Sanllehí

VIATGES I VIATGERS A L'EDAT MITJANA

Continuem el viatge per la història

Dimarts de 19 a 20.30 h

Del 26 de setembre al 19 de desembre

Preu: 152€ (sòcia/soci: 134€)

Sessió gratuïta: dissabte 16 de setembre d'11 a 12 h. Cal inscripció

Prof: Rosa Dopazo Sanllehí



MONOGRÀFICS DE CORRECCIÓ POSTURAL

Moviment integral
Dissabtes de 10 a 12 h

Taller de peus

7 d'octubre

Taller d'esquena

4 de novembre

Taller de lumbars

2 de desembre

Preu de cada monogràfic:

18€ (sòcia/soci: 16€)

Prof: Lourdes Martí Corominas

EXERCICI TERAPÈUTIC VIRTUAL

Exercicis amb bandes elàstiques i pes corporal

Per a persones amb dolor i lesions musculars

Aquest curs es farà de manera virtual a través de vídeos però amb el suport del professor

Preu: 20€ (sòcia/soci: 18€)

Prof: Marcel Cuesta Ventura

MINDFULNESS PER A LA VIDA QUOTIDIANA: FONAMENTS

Un apropament la teoria i pràctica de la consciència plena

Dijous de 16.45 a 17.45 h

Del 28 de setembre al 21 de desembre

Preu: 88€ (sòcia/soci: 77€)

Sessió gratuïta:

dijous 14 de setembre de 17.30 a 18.30 h

Cal inscripció

Prof: Marta Díez Geijo

MINDFULNESS PER A LA VIDA QUOTIDIANA: APROFUNDIMENT

Per aquelles persones que vulguin mantenir la seva pràctica i endinsar-se en la disciplina de la consciència plena

Dijous de 18 a 19 h

Del 28 de setembre al 21 de desembre

Preu: 88€ (sòcia/soci: 77€)

Prof: Marta Díez Geijo

MONOGRÀFICS DE MINDFULNESS

Mindfulness. Tècniques de regulació de l'estrès

Dissabte de 10 a 13 h
30 de setembre

Mindfulness i habilitats socials

Dissabte de 10 a 13 h
16 de desembre

Preu de cada monogràfic:

26€ (sòcia/soci: 23€)

Prof: Marta Díez Geijo

TXIKUNG

Dimecres de 12 a 13 h

Dilluns de 12 a 13 h

Dimecres de 16.30 a 17.30 h

Del 25 de setembre al 20 de desembre

Preu: 95€ (sòcia/soci: 84€)

Sessió gratuïta:

dijous 14 de setembre de 10.45 a 11.45 h

Cal inscripció

Prof: Dolores Hernando Prieto

TAITXÍ

Dilluns d'11 a 12 h

Dimecres d'11 a 12 h

Dimecres de 17.30 a 18.30 h

Del 25 de setembre al 20 de desembre

Preu: 95€ (sòcia/soci: 84€)

Prof: Dolores Hernando Prieto

PILATES

Dilluns de 16.30 a 17.30 h

Dilluns de 17.45 a 18.45 h

Dilluns de 19 a 20 h

Dilluns de 20 a 21 h

Dimarts 9.30 a 10.30 h

Dimecres de 16.15 a 17.15 h

Dimecres de 17.15 a 18.15 h

Dimecres de 18.30 a 19.30 h

Dijous de 16.45 a 17.45 h

Dijous de 18 a 19 h

Divendres de 9.30 a 10.30 h

Del 25 de setembre al 22 de desembre

Preu: 95€ (sòcia/soci: 84€)

Sessió gratuïta:

divendres 15 de setembre de 17 a 18 h

Cal inscripció

Prof: Mònica Roca Ortiz,

Jordi Sanz López-Higueras

TALLER ESPECÍFIC DE SÒL PELVIÀ I CORE

Millora el to muscular de la faixa abdominal (core) i el sòl pelvià a través d'exercicis hipopressius i Pilates

Divendres de 10.30 a 11.30 h

Del 29 de setembre al 22 de desembre

Preu: 95€ (sòcia/soci: 84€)

Sessió gratuïta:

divendres 15 de setembre de 10 a 11 h

Cal inscripció

Prof: Mònica Roca Ortíz

HIPOPIILATES

Combinació de de la tècnica de Pilates amb exercicis de gimnàstica hipopressiva

Dimarts de 10.30 a 11.15 h

Del 26 de setembre al 19 de desembre

Preu: 95€ (sòcia/soci: 84€)

Prof: Mònica Roca Ortiz

IOGUILATES

Dimecres de 19.45 a 20.45 h

Dimecres de 20.45 a 21.45 h

Del 27 de setembre al 20 de desembre

Preu: 95€ (sòcia/soci: 84€)

Prof: Jordi Sanz López-Higueras

IOGA HATHA-VINYASA

Ioga dinàmic

Dimarts de 18 a 19 h

Dimarts de 19 a 20 h

Dimarts de 20 a 21 h

Del 26 de setembre al 19 de desembre

Preu: 95€ (sòcia/soci: 84€)

Prof: Arantxa Masachs Vilarino

IOGA PER A EMBARASSADES

Dimarts de 16.45 a 18 h

Del 26 de setembre al 19 de desembre

Preu: 104€ (sòcia/soci: 92€)

Sessió gratuïta:

divendres 15 de setembre de 19 a 20 h

Cal inscripció

Prof: Arantxa Masachs Vilarino

IOGA HATHA

Dilluns de 9.30 a 10.30 h

Dimecres de 9.45 a 10.45 h

Dijous de 9.30 a 10.30 h

Dijous de 10.45 a 11.45 h

Del 25 de setembre al 21 de desembre

Preu: 95€ (sòcia/soci: 84€)

Sessió gratuïta:

dissabte 16 de setembre de 10 a 11 h

Cal inscripció

Prof: Isolda Rocamora Pàmies

IOGA SALUT

HATHA-TERAPÈUTIC

Apte també per a persones amb alguna

limitació lleu de mobilitat

Part de la classe es fa amb cadira

Dimarts de 12 a 13 h

Dijous de 12 a 13 h

Del 26 de setembre al 21 de desembre

Preu: 95€ (sòcia/soci: 84€)

Prof: Isolda Rocamora Pàmies

Shiatsu

Dissabte d'11 a 12.30 h

28 d'octubre i 11, 18 i 25 de novembre

Preu per sessió: 15€ (sòcia/soci: 13€)

Preu per a les 4 sessions:

52€ (sòcia/soci: 46€)

Prof: Dolors Hernando Prieto,

Jordi Sanz López-Higueras

MILLORA LA TEVA MEMÒRIA

AMB ELS MAPES MENTALS

Vegeu Coneixements i lleure, pàgina 18

ACTIVITAT D'INTERCANVI:

CAMINADES

Activitat oberta del Club Social

Espai de lleure

Activitat física saludable a ritme moderat

Dimecres de 9.30 a 11 h

Del 4 d'octubre al 20 de desembre

Preu: 10€

IDIOMES

Els nivells dels idiomes van d'octubre a juny



Els cursos marcats amb + són avançats dins del seu nivell

CATALÀ

CURSOS I ACTIVITATS DE FOMENT DE L'ÚS DEL CATALÀ

Vegeu Català per a tothom, pàgina 26

CATALÀ INICIAL

El curs de Català inicial correspon al

nivell A1 i el certificat està validat pel

CNL

Dilluns i dimecres de 9.30 a 11.30 h

Dilluns i dimecres de 20 a 22 h

Del 25 de setembre al 13 de desembre

Divendres de 18 a 22 h

Del 29 de setembre al 15 de desembre

Dissabte de 9.45 a 13.45 h

Del 23 de setembre al 16 de desembre

Preu: 20€

Inclou les activitats i el material

Prof: Montse Català Batalla, Rosa

Dopazo Sanllehí, Ariadna Quílez

Nacente

Els cursos de Català inicial compten amb

el suport de l'Ajuntament

CONVERSA EN CATALÀ

Nivell mínim A1

Dimecres de 12 a 13.30 h

Del 27 de setembre al 20 de desembre

Preu: 72€ (sòcia/soci: 63€)

Prof: Montse Català Batalla

ESP AIS D'ACOLLIMENT LINGÜÍSTIC

Grups de primer contacte amb la

llengua catalana

Joves: Dijous de 17.30 a 19 h

Adults: Divendres de 10 a 11.30 h

Inici: 26 d'octubre

Preu: gratuït (cal inscripció)

GRUP DE LECTURA

DE LITERATURA CATALANA

Vegeu Narrativa i literatura, pàgina 19

CATALÀ ESCRIT

Nivell 1: **Dimecres de 18 a 19.30 h**

Nivell 2: **Divendres de 16.30 a 18 h**

Nivell 3: **Dimecres de 16.30 a 18 h**

Del 27 de setembre al 22 de desembre

Preu: 72€ (sòcia/soci: 63€)

Sessió gratuïta: divendres 15 de

setembre d'11.30 a 12.30 h

Cal inscripció

Prof: Rosa Dopazo Sanllehí

ALEMANY

Fes la prova de nivell que trobaràs a www.ateneu.cat/idiomes-alemany/

ALEMANY 0

Dilluns d'11.45 a 13.15 h

ALEMANY 1

Dimarts de 9.30 a 11 h

ALEMANY 2

Dimarts d'11 a 12.30 h

ALEMANY 2 +

Dimarts de 12.30 a 14 h

Del 26 de setembre al 19 de desembre

Preu: 112€ (sòcia/soci: 99€)

Prof: Ela Meyer, Neus Cañellas Sierras

CONVERSA EN ALEMANY

Frühstücksgespräche

Converses d'esmorzar

Nivell mínim B2

Dijous de 9.30 a 11 h

Del 28 de setembre al 21 de desembre

Preu: 112€ (sòcia/soci: 99€)

Sessió gratuïta:

dijous 14 de setembre de 10 a 11 h

Cal inscripció

Prof: Astrid Kluska

A la pàgina següent segueix idiomes



ANGLÈS

Fes la prova de nivell que trobaràs a www.ateneu.cat/idiomes-angles/

ANGLÈS 0

Dimarts i dijous de 16.30 a 17.30 h

Dimarts i divendres d'11.30 a 12.30 h +

ANGLÈS 1

Dilluns de 9.30 a 11.30 h +

Dijous d'11.15 a 13.15 h +

Dijous de 13.15 a 14.45 h +

Sessió gratuïta: divendres 15 de setembre d'11 a 12 h. Cal inscripció

ANGLÈS 2

Dilluns i dimecres de 20 a 21 h

Divendres de 9.30 a 11.30 h

ANGLÈS 3

Dilluns i dimecres de 18 a 19 h

Dilluns i dimecres de 19 a 20 h

Dimarts i dijous de 17.30 a 18.30 h +

Dimecres de 10 a 12 h

Dijous d'11.30 a 13.30 h +

Preu 2 hores a la setmana:
150€ (sòcia/soci: 132€)

Preu 1,5 hores a la setmana:
112€ (sòcia/soci: 99€)

Del 25 de setembre al 22 de desembre

Prof: Gillian Randall, Elisa Loredo Rodríguez, Jan Brożyński, Montse Català Batalla

ANGLÈS CONVERSA

Dimarts de 18.45 a 20.15 h

Dimecres de 10 a 11.30 h

Dimecres d'11.30 a 13 h

Del 26 de setembre al 20 de desembre

Preu: 112€ (sòcia/soci: 99€)

Prof: Gillian Randall, Jan Brożyński

PARLA EN ANGLÈS SENSE VERGONYA

Trucs per millorar instantàniament la teva pronunciació

Dimecres de 17 a 18 h

Del 27 de setembre al 20 de desembre

Preu: 70€ (sòcia/soci: 62€)

Sessió gratuïta: divendres 15 de setembre de 19 a 20 h. Cal inscripció

Prof: Jan Brożyński

TALK ABOUT IT

Lectura i conversa

Nivell A2

Dijous de 9.30 a 11 h

Del 28 de setembre al 21 de desembre

Preu: 112€ (sòcia/soci: 99€)

Prof: Gillian Randall

BOOK CLUB

Read and learn. Llegim i aprenem

Lectura acompanyada. Aprenem gramàtica, vocabulari i practicarem conversa a partir de la lectura

Nivell: B2

Dimarts de 10 a 11.30 h

Dimecres de 12 a 13.30 h

Del 26 de setembre al 20 de desembre

Preu: 112€ (sòcia/soci: 99€)

Prof: Gillian Randall

MONTHLY ENGLISH BOOK CLUB

Vegeu Narrativa i literatura pàgina 19

ITALIÀ

Fes la prova de nivell que trobaràs a www.ateneu.cat/idiomes-italia/

ITALIÀ 0

Divendres de 9.30 a 11.30 h

ITALIÀ 1

Dimarts de 17 a 19 h

Dilluns de 9.30 a 11.30 h +

ITALIÀ 2

Dimecres de 9.30 a 11.30 h +

ITALIÀ 3

Dimecres d'11.30 a 13.30 h +

Dimecres de 17 a 19 h +

ITALIÀ. GRUP DE PERFECCIONAMENT

Dimarts de 9.30 a 11.30 h

Dijous d'11 a 13 h

Del 26 de setembre al 22 de desembre

Preu: 150€ (sòcia/soci: 132€)

Prof: Massimo Tinnirello

ITALIÀ CONVERSA

Dijous de 9.30 a 11 h

Del 28 de setembre al 21 de desembre

Preu: 112€ (sòcia/soci: 99€)

Sessió gratuïta: divendres 15 de setembre de 17.30 a 18.30 h. Cal inscripció

Prof: Massimo Tinnirello

LETTURE A COLAZIONE

Lectura participativa en italià

Nivell: A2-B1

Divendres d'11.30 a 13 h

Del 29 de setembre al 22 de desembre

Preu: 112€ (sòcia/soci: 96€)

Prof: Massimo Tinnirello

CUCINA ITALIANA IN ITALIANO

Vegeu Cuina i gastronomia, pàgina 24

GRUPPO DI LETTURA IN ITALIANO

Vegeu Narrativa i literatura, pàgina 19

PORTUGUÈS

Fes la prova de nivell que trobaràs a www.ateneu.cat/idiomes-portugues/

PORTUGUÈS 0

Divendres de 19.15 a 20.45 h

Sessió gratuïta: divendres 15 de setembre de 18 a 19 h
Cal inscripció

PORTUGUÈS 1

Divendres de 17.45 a 19.15 h

Del 29 de setembre al 22 de desembre

Preu: 112€ (sòcia/soci: 99€)

Prof: Ana Pires

FRANCÈS

Fes la prova de nivell que trobaràs a www.ateneu.cat/idiomes-frances/

FRANCÈS 0

Dimarts i dijous de 9.30 a 10.30 h

FRANCÈS 1

Dimarts i dijous de 11.30 a 12.30 h

Dimarts de 16.30 a 18.30 h

FRANCÈS 2

Dijous de 12.30 a 14.30 h

FRANCÈS 3

Dimarts i dijous de 10.30 a 11.30 h

Del 26 de setembre al 21 de desembre

Preu: 150€ (sòcia/soci: 132€)

Prof: Anne Calme, Noemí Cañete Vinyals

LISONS ET BAVADONS

Llegim i xerrem. Primer pas cap a una autonomia lectora

Curs quinzenal Dijous alterns d'11 a 12 h

Inici: 28 de setembre

Preu: 44€ (sòcia/soci: 39€)

Prof: Noemí Cañete Viñals

FRANCÈS CULTURA

Farem un repàs per la literatura, el cinema, la poesia i la història de França
Nivell mínim B1

Divendres de 9.30 a 11 h

Del 29 de setembre al 22 de desembre

Preu: 112€ (sòcia/soci: 99€)

Sessió gratuïta: divendres 15 de setembre de 10 a 11 h. Cal inscripció

Prof: Anne Calme

FRANCÈS CONVERSA

Dimarts de 20 a 21 h

Del 26 de setembre al 19 de desembre

Preu: 75€ (sòcia/soci: 66€)

Dissabte de 10 a 11.30 h

Preu: 98€ (sòcia/soci: 86€)

Prof: Noemí Cañete Viñals

FRANCÈS I TOUR DE FRANCE DE LES REGIONS

Nivell mínim A2

Aprèn francès descobrint les regions franceses (cultura, gastronomia, història, paisatges, arquitectura, curiositats...)

Dimarts de 18.30 a 20 h

Del 26 de setembre al 19 de desembre

Preu: 112€ (sòcia/soci: 99€)

Sessió gratuïta: dissabte 16 de setembre de 10.30 a 11.30 h

Cal inscripció

Prof: Noemí Cañete Viñals

FRANCÈS: COMPRESIÓ I EXPRESSIÓ ORAL

Escolta, entén i parla!

Curs quinzenal:

Dijous alterns d'11 a 12.30 h

Nivell mínim: B1

Inici: 5 d'octubre

Preu: 55€ (sòcia/soci: 48€)

Prof: Noemí Cañete Viñals

FRANÇAIS ENTRE NOUS

Révisions, lisons, écoutons, écrivons, bavardons
Nivell A2

Divendres d'11 a 12.30 h

Del 29 de setembre al 22 de desembre

Preu: 112€ (sòcia/soci: 99€)

Prof: Anne Calme

GROUPE DE LECTURE EN FRANÇAIS

Vegeu Narrativa i literatura, pàgina 19

FOTOGRAFIA



FOTOGRAFIA

Cal portar càmera rereflex digital

Nivell inicial: **Dilluns de 19 a 21 h**

Nivell avançat: **Dilluns de 17 a 19 h**

Del 2 d'octubre al 4 de desembre

Preu: 152€ (sòcia/soci: 134€)

Sessió gratuïta:

divendres 15 de setembre de 17 a 18 h

Cal inscripció

Prof: Bernat Millet Altarriba

FOTOGRAFIA PANORÀMICA

Dijous de 19.30 a 21.30 h

19 i 26 d'octubre

Sortida: **dissabte 21 d'octubre de 9 a 13 h**

Preu: 65€ (sòcia/soci: 57€)

Sessió gratuïta: dijous 14 de setembre de 20 a 21 h

Cal inscripció

Prof: Ramon Cugat Mauri

ORGANITZA LES TEVES FOTOS

App Fotos vs Galeria

Programes per a l'organització de les imatges, paraules clau, etc.

Dijous de 18.30 a 20.30 h

Del 23 de novembre al 14 de desembre

Preu: 49€ (sòcia/soci: 43€)

Prof: Ramon Cugat Mauri

FOTOGRAFIA AMB EL MÒBIL

Dijous de 18 a 19.30 h

Del 5 d'octubre al 16 de novembre

Sortida: **dissabte 11 de**

novembre de 10 a 13 h

Preu: 95€ (sòcia/soci: 84€)

Prof: Ramon Cugat Mauri

HISTÒRIA DE LA FOTOGRAFIA I EL SEU IMPACTE A LA SOCIETAT ^{NOU}

Dimarts de 12.30 a 13.45 h

Del 26 de setembre al 19 de desembre

Sessió gratuïta: divendres 15 de

setembre d'11 a 12 h

Cal inscripció

Preu: 94€ (sòcia/soci: 83€)

Prof: Anne Calme

FORMACIÓ



CURS DE MANIPULADOR D'ALIMENTS I SEGURETAT ALIMENTÀRIA ^{NOU}

Curs a distància

Preu: 60€

A càrrec de LabG2

CATALÀ NIVELL INICIAL (A1)

Vegeu *Idiomes*, pàgina 13

DANSA



DANSA I EXPRESSIÓ CORPORAL ^{NOU}

Descobrim-nos a través de la dansa

Dijous de 20.30 a 21.30 h

Del 28 de setembre al 21 de desembre

Preu: 95€ (sòcia/soci: 84€)

Sessió gratuïta:

divendres 15 de setembre de 20 a 21 h

Cal inscripció

Prof: Berta Baladas Martínez

MONOGRÀFIC DE BALL DE BOT

Iniciació: Dissabte de 10 a 11 h

Preu: 9€ (sòcia/soci: 7€)

Avançat: Dissabte d'11 a 13 h

Jota, bolero i fandangos

21 d'octubre

Preu: 17€ (sòcia/soci: 15€)

Prof: Cristòfol Llompart

SALSA I BACHATA

Nivell 1: Dimecres de 21 a 22 h

Nivell 2: Dilluns de 21 a 22 h

Del 25 de setembre al 20 de desembre

Preu: 95€ (sòcia/soci: 84€)

Sessió gratuïta:

divendres 15 de setembre de 20 a 21 h

Cal inscripció

Prof: Carmen Rosa Gómez

BALLS FOLK: BALLS DE PLAÇA

Treballarem les danses que se solen ballar a les ballades folk i en els balls a plaça del nostre país com el xotis, la masurca, la xampanya, la jota, la bourrée, etc.

Dilluns alterns de 21 a 22 h

Preu: 46€ (sòcia/soci: 40€)

Sessió gratuïta:

Divendres 15 de setembre de 19 a 20 h.

Cal inscripció prèvia

Prof: Joan Codina Vila

Col·labora: Escola de Música Tradicional Sant Cugat (EMTSC)

SARAU!

Vine a ballar o porta el teu instrument

Obert a tothom

Dissabte 25 de novembre les 12 h al pati de l'Ateneu

Prof: Joan Codina Vila

Hi col·labora: EMTSC

Activitat oberta sense inscripció

MÚSICA D'AHIR

Ball dirigit. Balla la música dels 70-80-90

Ballar i millora la teva memòria, coordinació, orientació i agilitat. Farem estiraments abans i després de ballar

Dilluns de 10 a 11 h

Dilluns d'11 a 12 h

Dimecres de 10.30 a 11.30 h

Dijous de 10.45 a 11.45 h

Dijous d'11.45 a 12.45 h

Del 25 de setembre al 21 de desembre

Preu: 95€ (sòcia/soci: 84€)

Sessió gratuïta: divendres 15 de setembre de 18 a 19 h

Cal inscripció

Prof: Montse Moscardó Bes

DANSA JAZZ

Ballar com als musicals!

Dijous de 19.15 a 20.15 h

Del 28 de setembre al 21 de desembre

Preu: 95€ (sòcia/soci: 84€)

Sessió gratuïta:

dijous 14 de setembre de 19.15 a 20.15 h

Cal inscripció

Prof: Ada Cañizares Abad

BALLS DE SALÓ

Combinat de balls de balls estàndard i llatins

Ball en parella

Nivell 1: Divendres de 21 a 22 h

Nivell 2: Dilluns de 20 a 21 h

Nivell 3: Divendres de 20 a 21 h

Del 25 de setembre al 22 de desembre

Preu: 95€ (sòcia/soci: 84€)

Prof: Carmen Rosa Gómez

LINEDANCE COUNTRY

Nivell inicial: **Dilluns de 16 a 17 h**

Nivell 1: Dilluns de 17 a 18 h

Nivell 2: Dilluns de 18 a 19 h

Nivell 3: Dilluns de 19 a 20 h

Del 25 de setembre al 18 de desembre

Preu: 99€ (sòcia/soci: 87€)

Prof: Maria Rovira Porta

BALLADA OBERTA DE LINEDANCE COUNTRY:

Dissabte 16 de setembre

d'11.30 a 13.30 h al pati de l'Ateneu

Prof: Maria Rovira Porta

Activitat oberta sense inscripció

CONEIXEMENTS I LLEURE



CINECLUB: EL CINE DINS DEL CINE

Anàlisi guiada de pel·lícules
Cada primer dilluns de mes
de 19 a 20.30 h

2 d'octubre, 6 de novembre,
4 de desembre

Preu: 36€ (sòcia/soci: 32€)

Prof: Jordi Codó Martínez

HISTÒRIA DEL CINEMA

Evolució del cinema des dels seus inicis
fins a l'actualitat

Dimarts de 19.30 a 21 h

Del 3 d'octubre al 5 de desembre

Preu: 114€ (sòcia/soci: 100€)

Sessió gratuïta:

dissabte 16 de setembre de 12 a 13 h

Cal inscripció

Prof: Ignasi Muñoz Hidalgo

MILLORA LA TEVA MEMÒRIA AMB ELS MAPES MENTALS

Creativitat i gestió del coneixement
Curs a distància

Durada: 4 setmanes

Inici: 1 d'octubre / 1 de novembre

Preu: 72€ (sòcia/soci: 68€)

Prof: Joan Ruiz Culell

CONEIX I MILLORA LA TEVA MEMÒRIA

Mapes mentals i altres recursos
pneumotècnics

Dijous de 19.15 a 20.45 h

Del 26 d'octubre al 30 de novembre

Preu: 75€ (sòcia/soci: 66€)

Sessió gratuïta:

divendres 15 de setembre de 18 a 19 h

Cal inscripció

Prof: Joan Ruiz Culell

MONOGRÀFIC DE NUTRICIÓ:

DIETES D'APRIMAMENT I MITES
ALIMENTARIS

Divendres de 17 a 20 h

3 de novembre

Preu: 34€ (sòcia/soci: 30€)

Prof: Marta Morillo Garriga

ESPAI DE MÚSICA I CANT JJ

Divendres de 10 a 12 h

Del 29 de setembre al 22 de desembre

Preu: 96€ (sòcia/soci: 76€)

Prof: Sílvia Planagumà Arrabal

TEATRE D'INTERCANVI SOCIAL

Experimenta un nou tipus de teatre
Activitat de contacte social, inclosa dins del
Club Social i de l'Espai de Lleure (Vegeu pàgina
22) en col·laboració amb els Tallers de Teatre
Sílvia Servan

Divendres de 12 a 13.30 h

Del 6 d'octubre al 22 de desembre

Preu: 10€.

Prof: Roger Casadellà

Lloc: La Unió Santcugatencs

Amb el suport de Diputació, l'Ajuntament
i la Generalitat

VIATGES I VIATGERS A L'EDAT MITJANA

Vegeu Humanitats, pàgina 9

NARRATIVA I LITERATURA



MASTERCLASS D'ESCRITURA DE GUIÓ ^{NOU}

i presentació de llibre: *Com escriure
diàlegs que funcionin per a cinema i televi-
sió*, de Piti Español

Dimecres de 19 a 20.30 h

20 de setembre

Preu: Gratuït. Necessària inscripció prèvia

Prof: Piti Español

ESCRITURA CREATIVA: TÈCNiques D'ESCRITURA

Dimarts de 12.30 a 14 h

Dimarts de 19 a 20.30 h

Dijous de 16.30 a 18 h

Dijous de 19.30 a 21 h

Del 26 de setembre al 21 de desembre

Preu: 126€ (sòcia/soci: 111€)

Sessió gratuïta:

divendres 15 de setembre de 19 a 20 h

Cal inscripció

Prof: Susanna Camps Perarnau

ESCRITURA CREATIVA: ESCRIURE UNA NOVEL·LA

Dimarts d'11 a 12.30 h ^{NOU}

Dijous de 18 a 19.30 h

Del 26 de setembre al 21 de desembre

Preu: 126€ (sòcia/soci: 111€)

Prof: Susanna Camps Perarnau

MONOGRÀFIC D'ESCRITURA: MICRORELAT

Dissabte de 10 a 13 h

28 d'octubre

Preu: 26€ (sòcia/soci: 23€)

Prof: Susana Camps Perarnau

LLIBRE DIGITAL BLOG D'AUTOR

Vegeu Informàtica i Internet, pàgina 21

GRUP DE LECTURA DE LITERATURA CATALANA ^{NOU}

Llegirem novel·la, textos autobiogràfics,
poesia o teatre

Cada segon dijous de mes de 19 a 20.30 h

Coordinador: Oriol Ràfols Grifell

GRUP DE LECTURA DE LITERATURA UNIVERSAL

Cada tercer dijous de mes de 19 a 20.30 h

Coordinadora: Montse Català Batalla

GRUP DE LECTURA DE NOVEL·LA NEGRA

Cada penúltim dimarts de mes
de 19.30 a 21 h

Aquest curs es comentaran llibres
d'escriptors de diversos països i de tots
els continents.

Coordinador: Fèlix Núñez Fresquet

GRUPE DE LECTURE EN FRANÇAIS

Cada segon dilluns de mes
de 20 a 21 h

Cada primer dilluns de mes

de 20 a 21 h

Coordinadora: Annick Beauvois

GRUPPO DI LETTURA IN ITALIANO

Cada tercer dimecres de mes
de 19 a 20.30 h

Coordinadors: Massimo Tinnirello /
Antinea Ravarotto

MONTHLY ENGLISH BOOK CLUB

Cada tercer dilluns de mes
de 20 a 21 h

Coordinadora: Anna Vives Xiol

Nivell mínim requerit: B2 / Upper
Intermediate o First

Els grups de lectura són activitats
gratuïtes exclusives per als socis de
l'Ateneu. Cal inscripció prèvia ja que les
són places limitades

Vegeu també...

**LISONS ET BAVARDONS, BOOK CLUB,
LETTURE A COLAZIONE I TALK ABOUT IT,**
Idiomes pàgina 13, 14, 15

ART I CREATIVATAT

ARTTERÀPIA I EMOCIONS ^{NOU}

Dimarts de 16.30 a 18.30 h

Del 17 d'octubre al 14 de novembre

Preu: 80€ (sòcia/soci: 70€)

Sessió gratuïta:

divendres de 19.30 a 20.30 h

Cal inscripció

Prof: Elsa Pons Figueras

TALLER DE MÚSIQUES DEL MÓN ^{NOU} ELS TRESORS DE LA TRADICIÓ ORAL

Dissabte de 10 a 12 h

16 de desembre

Aquest taller està adreçat a persones de totes les edats. No és necessari tenir coneixements musicals.

Preu: 20€ (sòcia/soci: 10€), 5€ per estudiants de música de la ciutat (*inscripció presencial, cal acreditar ser estudiant de música d'alguna escola de Sant Cugat*)

A càrrec de: Pau Baiges i Lina León
Vegeu programació cultural, pàgina 29

DESCOBRIM L'ART

Què s'amaga darrere una obra d'art?

Dilluns d'11.30 a 13 h

Dilluns de 17.30 a 19 h

Dimarts de 17.30 a 19 h

Divendres d'11.45 a 13.15 h

Del 25 de setembre al 22 de juny

Preu: 152€ (sòcia/soci: 134€)

Sessió gratuïta:

dissabte 16 de setembre de 10 a 11 h

Cal inscripció

Prof: Rosa Dopazo Sanllehi

MONOGRÀFICS D'ART

PINTURA ROMÀNICA ^{NOU}

El mestre de Taüll ens ensenya els seus secrets

Dilluns de 10 a 11.30 h

Del 2 al 30 d'octubre

DOMÈNECH I MONTANER ^{NOU}

Dilluns de 10 a 11.30 h

Del 6 al 4 de novembre

Preu de cada monogràfic: 63€ (sòcia/soci: 55€)

Prof: Rosa Dopazo Sanllehi

DIBUIX I TÈCNICA AL LLAPIS

Dimarts de 19 a 20.30 h

Del 26 de setembre al 19 de desembre

Preu: 134 € (sòcia/soci: 118€)

Prof: Elizabeth Quito Rivera

DIBUIX I INICIACIÓ AL COLOR

Aquarel·la

Dilluns d'11.45 a 13.15 h

Dimecres de 19.15 a 20.45 h

Dijous de 19 a 20.30 h

Del 25 de setembre al 21 de desembre

Preu: 134 € (sòcia/soci: 118€)

Sessió gratuïta:

divendres 15 de setembre de 17.30 a 18.30 h

Cal inscripció

Prof: Elizabeth Quito Rivera, Katerina

Alavedra-Duchoslaw

MONOGRÀFICS D'AQUAREL·LA

PAISATGES DE TARDOR

Divendres 6 d'octubre 17 a 19 h

VINOTERÀPIA ^{NOU}

Art amb vi

Divendres 20 d'octubre 17 a 19 h

Preu de cada monogràfic: 17€ (sòcia/soci: 15€)

Prof: Elizabeth Quito Rivera



INFORMÀTICA I INTERNET



LLIBRE DIGITAL ^{NOU}

Cal portar el portàtil amb el programa Acrobat Pro instal·lat

Dilluns de 16.15 a 17.45 h

Del 25 de setembre al 6 de novembre

Preu: 82€ (sòcia/soci: 72€)

Sessió gratuïta: divendres 15 de setembre

de 19 a 20 h. Cal inscripció

Prof: Núria Martínez Burgos

BLOG D'AUTOR ^{NOU}

Cal portar el portàtil

Dilluns de 16.15 a 17.45 h

Del 13 de novembre al 18 de desembre

Preu: 72€ (sòcia/soci: 68€)

Sessió gratuïta: divendres 15 de setembre

de 19 a 20 h. Cal inscripció

Prof: Núria Martínez Burgos

TREU PARTIT AL MÒBIL I LA TAULETA

Introducció a l'smartphone i la tablet i les seves aplicacions. Cal portar el mòbil i / o la tauleta

Divendres d'11.45 a 13.15 h

Del 29 de setembre al 22 de desembre

Preu: 130€ (sòcia/soci: 114€)

Prof: Axel Cayuela López

PERD LA POR A L'ORDINADOR

Cal portar el portàtil

Nivell 0: Dimecres d'11.15 a 12.45 h

Nivell 1: Dimecres de 9.30 a 11 h

Del 27 de setembre al 13 de desembre

Preu: 117€ (sòcia/soci: 103€)

Prof: Núria Martínez Burgos

WORD BÀSIC ^{NOU}

Cal portar el portàtil amb el programa Microsoft Word instal·lat

Dilluns 11.45 a 13.15 h

Del 2 d'octubre al 4 de desembre

Preu: 117€ (sòcia/soci: 103€)

Prof: Núria Martínez Burgos

INTRODUCCIÓ A L'EXCEL

Cal portar el portàtil

Dissabte d'11 a 13 h

Del 30 de setembre al 28 d'octubre

Preu: 65€ (sòcia/soci: 57€)

Sessió gratuïta: dissabte 16 de setembre

d'11 a 12 h. Cal inscripció

Prof: Axel Cayuela López

HORT I JARDÍ



CULTIVA EL TEU HORT

Taller pràctic
El curs es farà als horts de la Xarxa de Sant Francesc i Monestir
Dissabte de 10 a 13 h
7 i 21 d'octubre
Preu: 51€ (sòcia/soci: 45€)
Prof: Anna Valderrama Solà

COM INICIAR UN HORT

D'AUTOCONSUM
Divendres de 17.30 a 19 h
Del 20 d'octubre al 10 de novembre
Preu: 51€ (sòcia/soci: 45€)
Prof: Anna Valderrama Solà

TALLER DE BONSAIS

Dissabte de 10 a 12 h
4, 11 i 18 de novembre
Preu: 51€ (sòcia/soci: 45€)
Prof: Marc Mallol Tomàs

KOKEDAMA

Tècnica artesanal japonesa de cultiu de plantes amb un test viu.

FLORS DE TARDOR
Divendres de 17 a 20 h
27 d'octubre

FLOR DE NADAL
Dissabte de 10 a 13 h
16 de desembre

Preu de cada sessió: 40€ (sòcia/soci: 35€)
Material inclòs
Prof: Ariadna Peral Guillamon

UN MÓN DE PLANTES OBLIDADES

Passejada etnobotànica per descobrir i reconèixer les plantes silvestres del nostre entorn i els seus usos.

Dissabte de 10.30 a 12.30 h als horts urbans del carrer Amposta
30 de setembre
Prof: Marc Talavera, del Col·lectiu Eixarcolant.
Preu: gratuït amb reserva prèvia
Activitat inclosa en les activitats de la campanya No ho llencis! de sensibilització contra el malbaratament alimentari.



CUINA I GASTRONOMIA



TALLERS DE PA ARTESÀ

PA ARTESÀ AMB MASSA MARE
Dijous 19 d'octubre de 18 a 21 h

PANS NÒRDICS
Dimecres 8 de novembre de 10 a 13 h

PANS NADALENCES
Divendres 24 de novembre de 18 a 21 h

Preu de cada taller: 40€ (sòcia/soci: 36€)
Prof: Mònica de la Asunción Hernández

RUTA GASTROASIÀTICA

Dijous alterns de 19 a 21 h
5 i 26 d'octubre, 16 i 30 de novembre
Preu: 88€ (sòcia/soci: 77€)
Prof: Anna de Pablo Márquez

INICIACIÓ AL TAST DE VI

No tots els vins són iguals, ara t'explicarem el perquè
Dimecres de 19 a 21 h
Dimecres 11 i 25 d'octubre i 8 de novembre
Preu: 75€ (sòcia/soci: 68€)
Prof: Rubén Morera, sommelier de Vins Noè

CUINA PER A PRINCIPIANTS

Aprenem a cuinar
Els pilars de la cuina
Curs quinzenal, dilluns alterns de 19.30 a 21 h
Del 25 de setembre al 4 de desembre
Preu: 96€ (sòcia/soci: 84€)
Prof: Manel Gallego Miralles

CUINA CREATIVA

Maridatge de vins amb la col·laboració de Vins Noè

Dilluns alterns de 19 a 21 h
Del 2 d'octubre al 27 de novembre

Dimarts alterns de 19 a 21 h
Grup 1: **del 3 d'octubre al 28 de novembre**
Grup 2: **del 10 d'octubre al 5 de desembre**

Dimecres alterns de 19 a 21 h
Grup 1: **del 4 d'octubre al 13 de desembre**
Grup 2: **del 27 de setembre al 29 de novembre**

Dijous alterns de 10 a 12 h
Del 5 d'octubre al 14 de desembre
Preu: 109€ (sòcia/soci: 96€)
Prof: Manel Gallego Miralles

Sessió gratuïta:
dijous 14 de setembre de 19 a 20
Cal inscripció

CUINA A MIDA

Decideix quins plats vols aprendre a cuinar!
Dijous alterns de 10 a 12 h
Del 28 de setembre 30 de novembre
Preu: 109€ (sòcia/soci: 96€)
Prof: Manel Gallego Miralles

MONOGRÀFICS DE CUINA

TALLER DE PIZZA AMB GARDEN PIZZA



Aprendrem de la mà dels pizzaiolos del restaurant Garden Pizza a fer una vertadera pizza artesanal amb una massa de 72 hores de fermentació.

Inclou material i degustació de la teva pizza

Dissabte de 10.30 a 12.30 h

23 de setembre

Preu: 20€ (sòcia/soci: 15€)

A càrrec de: Garden Pizza

Lloc: Carrer Llaceres, 12

Obtindràs un val del 20% de descompte en delivry que podràs gastar durant el 2023.

RECETES VEGANES SENSE GLUTEN



Divendres de 19 a 21 h

6 d'octubre

Preu: 28€ (sòcia/soci: 25€)

Prof: Laura Torres Gandía

CUCINA ITALIANA IN ITALIANO

Cucina, lingua e cultura

Aprendrem receptes senzilles i curiositats de la cuina italiana mentre practiquem la llengua

Nivell mínim A1

Dilluns alterns d'11 a 13 h

9 i 23 d'octubre, 6 de novembre

Preu: 80€ (sòcia/soci: 70€)

Prof: Antonella Gallizioli

ARROSSOS

Dissabte de 10.30 a 12.30 h

21 i 28 d'octubre

Preu: 53€ (sòcia/soci: 47€)

Prof: Manel Gallego Miralles

PLATS DE FONDA

Plats de tardor

Dissabte de 10.30 a 12.30 h

4 de novembre

Preu: 28€ (sòcia/soci: 25€)

Prof: Rosa Montoriol Sabaté

CUINA TRADICIONAL DE LA PICADA I EL SOFREGIT



Cuina de proximitat, de temporada i d'aprofitament

Dissabte de 10.30 a 12.30 h

18 de novembre

Preu: 28€ (sòcia/soci: 25€)

Prof: Rosa Montoriol Sabaté

PLATS QUE FAN FESTA



Dissabte de 10.30 a 12.30 h

25 de novembre

Preu: 28€ (sòcia/soci: 25€)

Prof: Rosa Montoriol Sabaté

CUINA VEGETARIANA DE NADAL

Divendres de 18 a 20 h

1 de desembre

Preu: 28€ (sòcia/soci: 25€)

Prof: Laura Torres Gandía

CUINA DE NADAL

Dilluns i dimarts de 19 a 21 h

11 i 12 de desembre

Preu: 56€ (sòcia/soci: 49€)

Prof: Manel Gallego Miralles

PICA-PICA DE NADAL

Dijous de 19 a 21 h

14 de desembre

Preu: 29€ (sòcia/soci: 26€)

Prof: Anna de Pablo Márquez

MONOGRÀFICS DE PASTISSERIA CREATIVA

PASTISSERIA CREATIVA DE TARDOR

Divendres de 18 a 20 h

17 de novembre

Preu: 28€ (sòcia/soci: 25€)

Prof: M. José Muñoz Llaveró

CUPCAKES DE GLOBUS DE NEU

Dissabte de 10 a 13 h

2 de desembre

Preu: 40€ (sòcia/soci: 35€)

Prof: M. José Muñoz Llaveró

CUINA I PASTISSERIA PER A INFANTS I JOVES

Vegeu Infants i joves, pàgina 9

TALLER DE FEMENTACIÓ I APROFITAMENT: Alegria i putrefacció



Taller de fermentació i aprofitament alimentaris com a propostes de cocreació, gaudi i interacció multiespècies.

Divendres de 18 a 20 h al pati de l'Ateneu

29 de setembre

Prof: Carolina Zerca i Marta Solans, col·lectiu Cuchara

Preu: gratuït amb reserva prèvia

Activitat inclosa en les activitat de la campanya No ho llencis! de sensibilització contra el malbaratament alimentari.

CURS DE MANIPULADOR D'ALIMENTS I SEGURETAT ALIMENTÀRIA

Vegeu Formació, pàgina 16

MONOGRÀFIC DE NUTRICIÓ

Dietses d'aprimament i mites alimentaris

Vegeu Coneixements i lleure, pàgina 18

I TAMBÉ...



L'Ateneu realitza un seguit d'activitats socioculturals en diversos àmbits com l'envelliment actiu, la salut mental, el foment de la lectura, la lluita contra el fracàs escolar, el foment de la llengua catalana, el voluntariat, la gastronomia, la cultura popular, així com també activitats de sensibilització ambiental.

ECOATENEU

L'EcoAteneu és el segell que recull els projectes Ateneu de sostenibilitat, consum ecològic, estalvi energètic i reducció de residus.

+info: ecoateneu@ateneu.cat o www.ateneu.cat/ecoateneu

MERCAT DE PAGÈS

Espai de venda directa de productes ecològics, frescos, artesans que proposa un consum responsable evitant els envasos i la despesa de combustible dels transports llargs, ja que els productors són de proximitat i ofereixen productes de temporada.

Dissabtes de 9 a 14 h:

MERCAT DE MIRA-SOL. Setmanal davant el Casal de Mira-sol. Dinamitza la Xarxa de Consum.

AL CENTRE DE LA CIUTAT. Cada segon i últim dissabte de mes a la plaça de Sant Pere. Consulta el calendari a la web.

Cuinades obertes d'aprofitament. Un dissabte al mes, d'11.30 a 13 h, dins del cicle "No ho llencis", la cuinera Rosa Montoriol ofereix una cuinada oberta i gratuïta per aprendre a aprofitar al màxim els productes del mercat amb la col·laboració de Valira.

Properes cuinades **9 de setembre, 7 d'octubre, 11 de novembre i 16 de desembre.**

MERCAT DE 2A MÀ

Mercat no professional i obert a tothom per **intercanviar, regalar, vendre o comprar** tot allò que ja no fas servir que organitzem quatre cops l'any a la Rambla del Cellar. Necessària inscripció prèvia per posar parada. Consultar dates d'inici d'inscripcions al web.

Propers mercats: **30 de setembre i 25 de novembre.**

HORTS

Projecte **comunitari de cultiu ecològic** gestionat per l'Ateneu, ubicat al carrer Amposta de Sant Cugat. L'espai acull horts individuals i comunitaris, així com espais comuns de formació, magatzem o compostatge. Per formar-ne part cal ser sòcia/soci. **Actualment les inscripcions estan tancades, et pots apuntar a la llista d'espera enviant un correu a ecoateneu@ateneu.cat.**

CISTELLES DE PAGÈS

Cada dijous de 17 a 19.30 h pots recollir la teva cistella amb productes ecològics de la cooperativa agroecològica la Rural de Collserola al pati de l'Ateneu. Fes la teva comanda de fruita i verdura de proximitat fins dilluns a la nit a www.laruraldecollserola.com

CATALÀ PER A TOTHOM

+info: catala@ateneu.cat

L'Ateneu vol facilitar, a través d'aquest projecte, l'acollida de la ciutadania novinyuda i la promoció i defensa de la llengua, la cultura i les tradicions de Catalunya, així com la presència i ús de la llengua catalana en l'àmbit cultural.

Cursos de català inicial (nivell A1 certificat pel SCL), **escrit i conversa**

Programa d'activitats culturals. Activitats pensades per conèixer la cultura, història, tradicions i festes d'arrel i fomentar l'ús social del català

Espais d'acolliment lingüístic: divendres de 10 a 11.30 h i dijous de 17 a 18.30 h (l'horari de tarda és per a joves)

Participació en la Comissió municipal de Català

Col·laboració en el **programa de parelles lingüístiques** "Voluntariat per la llengua"

JOVES JUBILATS

+info: jj@ateneu.cat

Grup de persones sòcies de l'Ateneu, amb més de 50 anys i ganes i temps per fer sortides culturals, caminades i dinars. L'organització de les activitats compta amb el suport tècnic de l'Ateneu, tot i que és un grup autogestionat i les activitats són proposades per les persones membres del grup.

Cada mes es proposen activitats diferents i els Jj s'apunten a les que vulguin. La durada i el cost de les activitats són variables.

Per formar part dels Joves Jubilats cal ser sòcia/soci de l'Ateneu.

CESSIÓ D'ESP AIS I SEU D'ENTITATS

+info: secretaria@ateneu.cat

L'Ateneu posa a disposició de les entitats que ho necessitin els seus espais. Algunes entitats o associacions, a més, tenen la seva seu a l'Ateneu.

CLUB SOCIAL ESPAI DE LLEURE

+ info: espailleure@ateneu.cat

És un espai de trobada, relació i lleure que fomenta l'activitat de les persones amb problemàtica de salut mental de llarga durada. L'Espai de Lleure va iniciar la seva activitat l'any 2013 amb el suport de l'Ajuntament de Sant Cugat i la Diputació de Barcelona, i puntualment, de l'Obra Social de la Caixa.

Actualment, des del juliol del 2023, el projecte s'ha consolidat com a Club Social i forma part de la cartera de serveis de la Generalitat de Catalunya. El Club es desenvolupa en els espais i amb els recursos de l'Ateneu i inclou accions obertes de sensibilització i lluita contra l'estigma en el marc de la programació cultural de l'Ateneu.

Tota la info a www.ateneu.cat/espai-de-lleure



TALLERS D'ESTUDI ASSISTIT

+info: formacio@ateneu.cat

Tallers de suport a la tasca escolar per a alumnes d'ESO que es realitzen en horari extraescolar per ajudar l'alumnat a adquirir hàbits i tècniques d'organització i d'estudi, afavorir una actitud positiva vers l'aprenentatge, col·laborar en l'assoliment de les competències bàsiques en finalitzar una etapa educativa i promoure l'ús de la llengua catalana com a instrument per a la comunicació, l'aprenentatge i la cohesió social.

Acció educativa en col·laboració amb el Pla Educatiu d'Entorn. Els i les alumnes venen derivats d'instituts i escoles i les sessions estan conduïdes per persones voluntàries i coordinades des de l'Ateneu.

bArteneu

És el servei de bar de l'Ateneu per gaudir d'esmorzars, servei de cafeteria i cuina amb tapes i hamburgueses, cerveses, refrescs, sucus, vins, vermutos, croissants, pastissos, truites...

Obert de dilluns a divendres de 9 a 14 h i de 16.45 a 20 h. Dissabtes al matí de 9 a 13 h. Tota la informació a www.ateneu.cat/barteneu/

CONCURS DE PESSEBRES

Des de 2013 l'Ateneu recupera el concurs de pessebres per potenciar la Cultura Popular, motivant als santcugatencs en la construcció d'un pessebre.

Bases i més informació a

www.ateneu.cat/concurs-de-pessebres

CONCURS DE VIDEOPOEMES DE L'ATENEU

Des del 2019 l'Ateneu organitza amb motiu de Sant Jordi l'únic concurs de videopoesia en català.

Hi col·laboren: Associació Gabriel Ferrater, Òmnium Cultural, Festival Nacional de Poesia i Nudo Festival

Tota la informació a

www.ateneu.cat/concurs-video-poemes

PROGRAMACIÓ CULTURAL



A totes les activitats serà recomanable inscripció prèvia a www.ateneu.cat/programaciocultural

EXPOSICIONS

L'Ateneu acull exposicions individuals i col·lectives d'artistes, associacions i festivals de la ciutat en els dos espais que té habilitats per aquest fi. Consulta l'horari de visites a la web i informa't dels requisits per exposar escrivint a comunicacio@ateneu.cat

A la sala d'actes de l'Ateneu

Del 6 de setembre al 2 d'octubre **Quadres i paisatges**, amb obres de **Francesc Salvans**. La venda dels quadres anirà a benefici del Club Social Espai de Lleure de l'Ateneu. *El dimecres 6 a les 18, inauguració amb recital de piano d'Oriol Espuny.*

Del 6 d'octubre al 6 de novembre **Xiuxiuejar**, exposició col·lectiva de **FIRART**, l'associació d'artistes de Sant Cugat. *El divendres 20 a les 18 h, inauguració amb recital de l'alumnat de Fusió.*

Del 10 de novembre a l'11 de desembre **Exposició i subhasta amb motiu de la commemoració del Centenari de la Creu Roja Sant Cugat-Rubí-Valldoreix**. S'hi podran veure una cinquantena d'obres d'art, unes d'origen particular i d'altres, recuperades per en Rogeli Pedró.

Del 15 de desembre al 12 de gener **Meraki**. Exposició individual amb quadres de **Maria Luisa Boldú** *El divendres 15 a les 18 h inauguració.*

ÒPERA ENTRE COPES

Un dimarts al mes a les 19 h parlem d'òpera amb el tenor Marc Sala, de l'Associació Apròpera, amb una copa de vi del celler d'Albet i Noya

Dimarts 12 de setembre **Il signor Bruschino**, de G. Rossini

Dimarts 31 d'octubre **Antoni Bofill, caçador d'imatges del Liceu**

Dimarts 28 de novembre **Doña Francisquita**, de A. Vives

Dimarts 19 de desembre **Contraveus a tres bandes**. Convidarem a tres professionals de l'òpera per discutir diferents versions d'un famós fragments operístics

Preu per sessió: 9€ (sòcia/soci: 7€).



A l'espai de trobada de l'Ateneu

Del 15 de setembre al 8 d'octubre **25 aniversari dels Cursos i Tallers**. L'Ateneu fa 25 anys que va començar a oferir cursos i tallers, i ho celebra amb aquesta exposició que recull la portada dels programes que ha editat des del 1998.

Del 10 d'octubre al 15 de novembre **Exposició La Gravetat**. Celebrem el Dia de la Salut Mental amb aquesta exposició de fotografies de l'alumnat del taller de Fotografia Participativa del Club Social Espai de Lleure de l'Ateneu, facilitat per Amanda Bernal. *Inauguració amb aperitiu i actuació musical, el dimarts 10 d'octubre a les 19 h.*

Del 20 de novembre al 6 de gener **El Concurs de Pessebres en imatges**. L'any 2013 l'Ateneu va recuperar el concurs de pessebres que històricament havia organitzat la nostra entitat. Rescatem les millors fotografies d'**Artur Ribera** dels deu anys de concurs en una exposició que ocuparà també els vestíbuls i escales de l'Ateneu.

Entrada gratuïta a totes les activitats excepte el cicle *Òpera entre copes*. + info i programació: www.ateneu.cat/programaciocultural

LA CAMBRA DE L'ATENEU

Cicle de música de cambra que es programa des del 2017 un dijous al mes a la sala d'actes de l'Ateneu. Concerts de petit format i gran qualitat que pretenen acostar a la ciutat propostes musicals d'estils i gèneres diversos en el seu estat més pur: amb poca o cap amplificació i amb el públic molt proper. Reserva la teva entrada gratuïta des d'una setmana abans del concert.

Coneix els músics que han passat pel cicle a www.lacambradelateneu.cat

Dijous 7 de setembre, 19 h
Migue de la Rosa
Cançó popular cubana
Migue de la Rosa (guitarra i veu)

Dijous 19 d'octubre, 19 h
Carolina Alabau
Cançó d'autor/folk/pop
Carolina Alabau (piano i veu)

Dijous 23 de novembre, 19 h
Menta
Boleros
Laia Fortià (bateria), Iris Abancó (teclat) i Laura Cruells (veu i baix)

L'ATENEU PARLA

Dimarts 24 d'octubre, 19 h. **Introducció a l'ornitologia i conèixer els ocells del nostre entorn**, amb Beth Meján.

Dijous 26 d'octubre, 19 h. **Parlem de la soledat no desitjada** arran la campanya Cafè Solidari Sant Joan de Déu. Amb Oriol Bota, director de l'Obra Social Sant Joan de Déu.

TERTÚLIES LITERÀRIES amb l'Associació Gabriel Ferrater

Primer dimarts de mes a les 19 h parlem de literatura amb reconeguts ponents

Dimarts 3 d'octubre Jordi Llavina ens parlarà de Joan Vinyoli

Dimarts 7 de novembre Jordi Llavina ens parlarà de Joan Vinyoli

Dimarts 5 de desembre Josep Pedrals (comissari del Centenari del Rector de Vallfogona) ens parlarà del Rector de Vallfogona

VERSOS I VINS

Dijous 30 de novembre, 19 h
Recital de poemes de diferents poetes que ens parlen de violència masclista, de la mà de Cristina Company, Núria Pujolàs i Miquel Santaeulàlia. Acompanyat d'un tast de vins dirigit per Montse Grau i de la música en directe de Guillem Payaró.



Dijous 14 de desembre, 19 h
Lina León
Copla, flamenco-jazz i músiques del món
Lina León (cante i flauta) i Pau Baiges (piano)

Lina León i Pau Baiges oferiran el **Taller de Músiques del món. Els tresors de la tradició oral** el dissabte 16 de desembre de 10 a 12 h. Més informació a la pàgina 20.

Dissabte 25 de novembre de 12 a 14 h.
Sarau! Ball folk i balls de plaça, amb Joan Codina i l'EMTSC

PRESENTACIONS DE LLIBRES

Dijous 14 de setembre, 19 h. Presentació del llibre **Tres pometes** (*Els crims del Mercat de Rubí*), de Manel Soler Sagristà i la novel·la **Res no dorm**, de Xavier Potrony.

Dimecres 20 de setembre, 19 h. Presentació i Masterclass amb el guionista Piti Español: **Com escriure diàlegs que funcionin per a cinema i televisió.**

Dimarts 26 de setembre, 19 h. Presentació del llibre **Liderazgo y management: Notas, consejos y detalles**, d'Héctor Santiago Torrado.

Dissabte 7 d'octubre, 18 h. Presentació del **poemari il·lustrat Quina juerga!!** de Dolors Renau i Manén (1936-2019), amb fotografies, pintures i aquarel·les de quatre autors diferents.

Dimarts 14 de novembre, 19 h. **Triunfa por el mundo con el método SAPERE**, de l'enginyer i escriptor santcugatenc Pol Mas. Una guia pràctica plena de tècniques provades que permetrà al lector assolir l'èxit personal i professional en migrar.

QGAT NEGRE

Cicle d'activitats culturals relacionades amb el gènere negre

Dimarts 19 de setembre, 18.30 h. **Roda de premsa presentació del cicle**, a càrrec del director de l'Ateneu, Toni Ramon i l'escriptor i comissari del Festival Black Mountain Bossòst, José Luis Muñoz. Es projectarà una antologia de seqüències de cinema negre a càrrec de l'escriptor Andreu Martín.

Dijous 5 d'octubre, 19 h. Presentació del llibre **Encare maten els cavalls, d'Anna Maria Vilallonga**, acompanyada de l'escriptor Andreu Martín.

Dijous 9 de novembre, 19 h. Presentació del llibre **Cabaret Pompeya, d'Andreu Martín, acompanyat de Félix Núñez**, coordinador del Club de lectura de novel·la negra de l'Ateneu.

Dijous 21 de desembre, 19 h. Conferència **Los rincones oscuros de la mente humana**, amb la criminòloga i jurista **Paz Velasco de la Fuente**. Presenta l'escriptora i activista literària Mari Carmen Sinti.

CICLE DE SENSIBILITZACIÓ I LLUITA CONTRA L'ESTIGMA L'Ateneu Parla de Salut Mental

Dimarts 10 d'octubre, 18 h al pati de l'Ateneu. **Celebració del Dia Mundial de la Salut Mental** amb un acte de testimonis en primera persona, mostra de dansa del taller de Ballem-nos de l'escola de dansa i moviment la Tacones, inauguració de l'exposició La Gravetat i concert del grup Árboles Amarillos del Taller Jeroni de Moragas.

Dijous 16 de novembre, 19 h. **Cinefòrum amb la pel·lícula Cinco lobitos**, (Alauda Ruiz de Azúa, 2022) amb col·loqui posterior dinamitzat pel Club Social Espai de Lleure.

Dimarts 12 de desembre, 19 h. **Cinefòrum amb el documental "Unes altres veus"** (Teidees Audiovisuals, 2012), dirigit per Iván Ruiz Acero i Sílvia Cortés Xarrié, amb la presència del director, Iván Ruiz. En col·laboració amb l'Associació TEAdir.



NO HO LLENCIS!

NO HO LLENCIS!

Campanya de sensibilització contra el malbaratament alimentari

Cuinades d'aprofitament al Mercat de Pagès de la plaça de Sant Pere.

Dissabtes 9 de setembre, 7 d'octubre, 11 de novembre i 16 de desembre d'11.30 a 13 h. Amb la cuinera Rosa Montoriol. *Més info a la pàgina 26*

Dijous 28 de setembre, 19 h a la sala d'actes

Taula Rodona. Parlem de Malbaratament alimentari amb l'Escola d'Hosteleria de Sant Cugat, el restaurant Green Leka, la Xarxa de recuperació d'aliments de Sant Cugat i Alfred March, de Rural de Collserola.

Ho organitza: Ateneu Santcugatenc i La Transformadora de Collserola.

Divendres 29 de setembre, de 18 a 20 h al pati de l'Ateneu

Taller de fermentació i aprofitament: Alegria i putrefacció

Taller de fermentació i aprofitament alimentaris com a propostes de cocreació, gaudi i interacció multiespècies.

Amb Marta Solans i Carolina Zerpa, del col·lectiu Cuchara.

Dissabte 30 de setembre, de 10.30 a 12.30 h als horts del carrer Amposta

Passejada etnobotànica: Un món de plantes oblidades

Passejada etnobotànica per descobrir i reconèixer les plantes silvestres del nostre entorn i els seus usos.

Amb Marc Talavera, del Col·lectiu Eixarcolant.

BALLADES OBERTES AL PATI DE L'ATENEU

Dissabte 16 de setembre d'11.30 a 13.30 h.

Linedance Country, amb Maria Rovira

Dissabte 25 de novembre de 12 a 14 h.

Sarau! Ball folk i balls de plaça, amb Joan Codina i l'EMTSC



Avinguda de Gràcia, 16
08172 Sant Cugat del Vallès

secretaria@ateneu.cat
936 745 195

Horari d'atenció al públic

De dilluns a divendres
de 9.15 a 13 h i
de 16.15 a 20.30 h

Dissabtes de 10 a 13 h

www.ateneu.cat



Des de
Estació FGC



Des de
Plaça 4 Cantons



Amb la col·laboració de



é
escola de música
tradicional
de sant cugat

Activitat
SANT CUGAT

T V S C
Televisió Sant Cugat

TOT Sant Cugat

elCugatenc

ALBET i NOYA
pioners en vinyes i vins ecològics

valira

Husqvarna



APRÒPERA
#OPERADEPROXIMITAT

N CONSORCI PER A LA
NORMALITZACIÓ
LINGÜÍSTICA



ÒMNium
SANT CUGAT DEL VALLÈS



GARDEN PIZZA
SANT CUGAT

SJD
Sant Joan de Déu
Solidaritat



Amb el suport de

AJUNTAMENT DE
SantCugat

Diputació
Barcelona

Generalitat
de Catalunya

Federació d'Ateneus
de Catalunya

Consorci d'entitats de foment
de la llengua catalana
de la Generalitat de Catalunya

