

ENVELLIMENT ACTIU I DE QUALITAT

CICLE D'ALIMENTACIÓ EN ADULTS

dimarts de les 17.00 h a les 19.00 h | 31 de gener de 2023, 28 de febrer de 2023 i 11 d'abril de 2023

No és necessària inscripció prèvia.

Llar de Jubilats | A càrrec de l'ABS Riudoms

CICLE DE BENESTAR EMOCIONAL

dimarts de les 17.00 h a les 19.00 h | 25 d'octubre de 2022, 14 de febrer de 2023 i 28 de març de 2023

No és necessària inscripció prèvia.

Llar de Jubilats | A càrrec de l'ABS Riudoms

CURSOS D'EINES TIC PUNT ÒMNIÀ RIUDOMS

Cursos gratuïts d'introducció a la informàtica i de formació i aprenentatge sobre eines TIC que pretenen millorar i afavorir, tant individual com col·lectivament, la inclusió i la vinculació de les persones a la comunitat.

Les inscripcions es realitzen directament al Punt Òmnia Riudoms. Més informació a riudoms.xarxa-omnia.org o al 977 851 625.

Aquest Punt està gestionat pel Consell Comarcal del Baix Camp.

Punt Òmnia Riudoms [plaça de l'Arbre, 5].

INFORMACIÓ I INSCRIPCIONS

Inscripcions presencials els dies 22, 23 i 26 de setembre de 2022 a l'Oficina d'Atenció a la Ciutadania (OAC) de l'Ajuntament.

Les activitats tenen places limitades i són gratuïtes, excepte les Aules d'Extensió Universitària.

La inscripció s'ha de fer aportant el DNI, o fotocòpia, de la persona interessada a inscriure's.

Cada persona es pot inscriure a un màxim de 3 activitats. En cas d'estar interessat/da en alguna activitat més, es posarà a la llista d'espera.

Les activitats es realitzaran al Centre d'Entitats i Formació "Les Escoles Velles", excepte aquelles en què s'indica un altre equipament.

L'Ajuntament es reserva el dret de modificar o suspendre alguna de les activitats per causes de força major o justificades.

Les activitats que s'ofereixen no tenen caràcter reglat i, per tant, no són vàlides a efectes d'atur o d'emissió de títol.

Més informació a www.riudoms.cat

Ajuntament de Riudoms
c/ Major, 52
977 850 350 | 977 850 888
ajuntament@riudoms.cat

Organitza



Col·labora

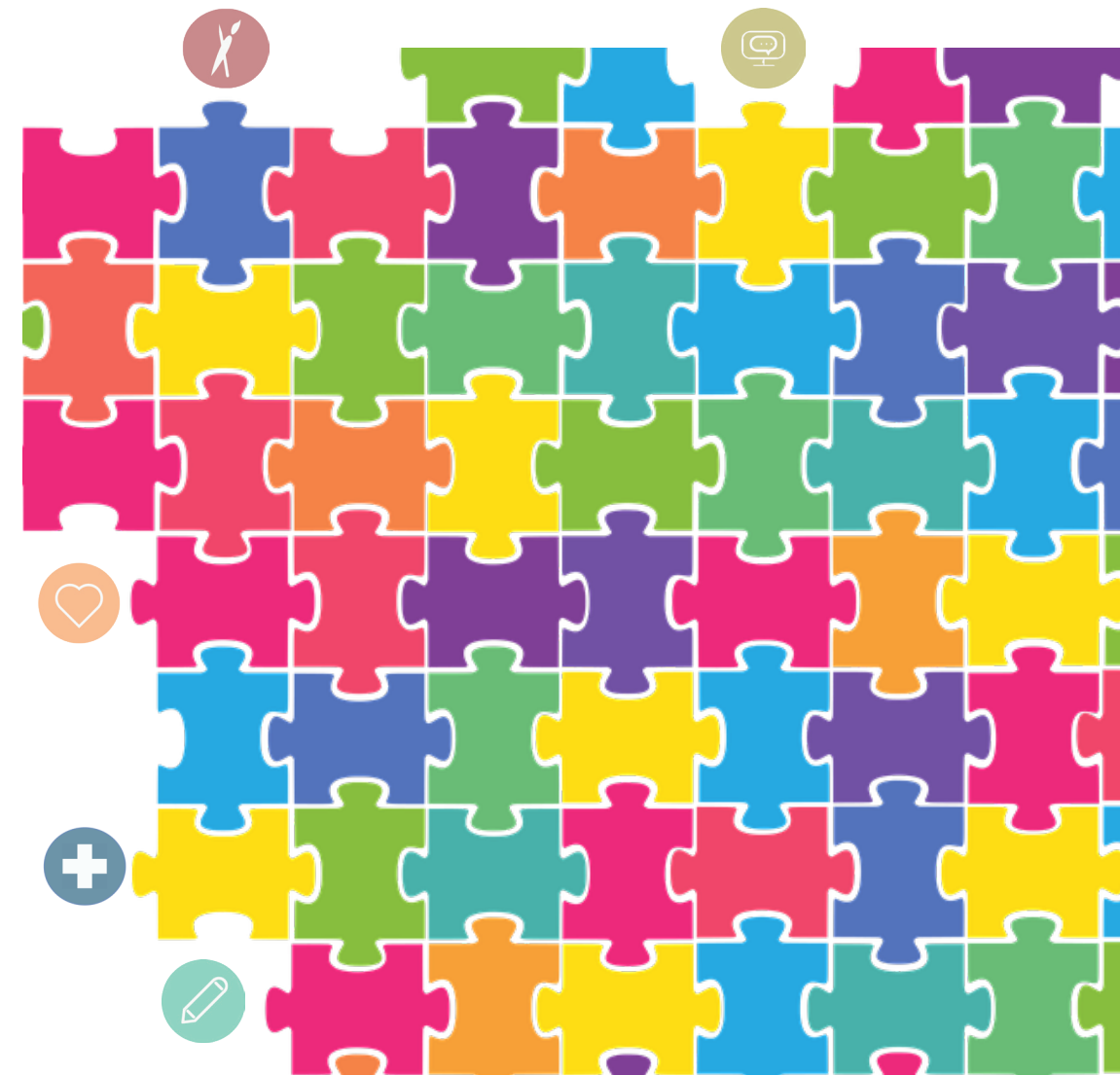


Salut/  Centre d'Atenció Primària RIUDOMS

 UNIVERSITAT ROVIRA I VIRGILI

CURSOS, TALLERS I XERRADES

OFERTA FORMATIVA 2022-2023



MANUALITATS

CURS DE RESTAURACIÓ DE MOBLES

dilluns de les 17.00 h a les 18.30 h | del 24 d'octubre al 19 de desembre de 2022

dilluns de les 17.00 h a les 20.00 h | del 9 de gener al 27 de març de 2023

En aquest curs s'aprendrà a restaurar mobles amb l'ús de diverses tècniques, com el decapatge, la consolidació del color, l'envernissat i l'encerat. Es treballarà amb objectes petits. Cal portar bata i productes per a la restauració. Material a càrrec de l'alumnat.

Aula Formació Escoles Velles | Curs a càrrec d'Assumpció Anglès

CURS DE COSTURA

dimecres de les 18.00 h a les 20.00 h | del 5 d'octubre de 2022 al 12 d'abril de 2023

El curs permet aprendre treballs bàsics de costura i, per als més atrevits, tot el procés per a fer qualsevol peça de roba. Material a càrrec de l'alumnat.

Aula Formació Escoles Velles | Curs a càrrec d'Encarna Delgado

CURS IMAGINA AMB COLORS

dijous de les 17.00 h a les 19.00 h | del 6 d'octubre de 2022 al 13 d'abril de 2023

Curs d'iniciació al dibuix i a la pintura, en el qual s'aprendran les tècniques bàsiques. Material a càrrec de l'alumnat.

Aula Formació Escoles Velles | Curs a càrrec de Judith Jansà

FORMACIÓ

TALLER DE CUINA I DEMOSTRACIONS GASTRONÒMIQUES

dimarts de les 19.00 h a les 20.00 h | (I) del 18 d'octubre al 20 de desembre 2022

dimarts de les 19.00 h a les 20.00 h | (II) del 7 de febrer al 28 de març de 2023

El principal objectiu d'aquest curs és que qualsevol persona aprengui a cuinar, amb productes sans i de qualitat, una cuina mediterrània, i també com preparar detalls culinaris, del més simple al més sofisticat, per un àpat amb convidats. Es degusten els plats cuinats i es comparteixen les opinions. Els ingredients van a càrrec de l'alumnat.

Aula Cuina Escoles Velles | Curs a càrrec d'Abel Gracia

CURS DE CATALÀ I I II

dilluns de les 18.30 h a les 19.45 h (Nivell inicial) i de les 19.45 h a les 21.00 h (Nivell avançat) | del 3 d'octubre de 2022 al 19 d'abril de 2023

La finalitat d'aquest curs és proporcionar un aprenentatge de la llengua catalana per als nivells de competència inicial i avançat, i introdueix els elements bàsics per assolir una comunicació lingüística correcta.

Aula Conferències Escoles Velles

CURS D'ANGLÈS I I II

dimarts i dijous de les 19.00 h a les 20.00 h [I] i dimarts i dijous de les 20.00 h a les 21.00 h [II] | del 6 d'octubre de 2022 al 13 d'abril de 2023

En aquest curs s'aprèn el llenguatge bàsic per entendre l'anglès, com són vocabulari i expressions d'ús freqüent. Llibre a càrrec de l'alumnat.

Aula Conferències Escoles Velles | Curs a càrrec d'El Racó de l'Estudi

CURS BÀSIC DE FOTOGRAFIA PRÀCTICA amb càmera reflex

dimarts de les 19.00 h a les 20.30 h | del 10 al 31 de gener de 2023

Adreçat a persones que, sense coneixements previs, puguin conèixer i aprofundir en el món fotogràfic. Es faran sessions teòriques i pràctiques.

Aula Formació Escoles Velles

CURS BÀSIC DE PHOTOSHOP PRÀCTIC [Nivell I]

dimarts de les 19.00 h a les 20.30 h | del 7 al 28 de febrer 2023

Introducció a les eines que ofereix aquest programa de retoc de fotografies i gràfics. L'alumnat necessita un ordinador personal amb el programa Photoshop instal·lat.

Aula Formació Escoles Velles

CURS BÀSIC DE PHOTOSHOP PRÀCTIC [Nivell II]

dimarts de les 19.00 h a les 20.30 h | del 7 de març a l'11 d'abril 2023

Aprofundiment en les eines que ofereix aquest programa de retoc de fotografies i gràfics. L'alumnat necessita un ordinador personal amb el programa Photoshop instal·lat.

Aula Formació Escoles Velles

SALUT I BENESTAR

TALLER DE MEMÒRIA / RISOTERÀPIA I AUTOCURA / MOVIMENT I RELAXACIÓ

dijous de les 17.30 h a les 18.30 h | 13, 20 i 27 d'octubre de 2022 / 3 i 17 de novembre de 2022 / 1, 15 i 22 de desembre de 2022 / del 12 de gener al 23 de març de 2023

Exercicis de memòria a curt i mitjà termini; percepció visual, expressió verbal, consells d'autocura i risoteràpia, i aplicació pràctica dels continguts amb l'objectiu de millorar la qualitat de vida i la satisfacció personal.

Aula Conferències Escoles Velles | Curs a càrrec de Meritxell Domènech, treballadora social i animadora especialitzada en gent gran, i de Maria Reig, fisioterapeuta de la Residència L'Onada Riudoms

CURS DE CONSELLS I EINES AL CUIDADOR FAMILIAR

dimecres de les 17.30 h a les 18.30 h | del 22 de febrer al 29 de març de 2023

Adreçat a les persones cuidadores no professionals. Es donaran les eines necessàries per tal que el/la cuidador/a mantingui l'equilibri personal i rebi suport per a desenvolupar la seva tasca.

Aula Conferències Escoles Velles | Curs a càrrec de Meritxell Domènech, treballadora social i animadora especialitzada en gent gran de la Residència L'Onada Riudoms

CONFERÈNCIES

AULES D'EXTENSIÓ UNIVERSITÀRIA PER A MAJORS DE 55 ANYS

divendres de les 19.00 h a les 20.00 h | A partir del mes de gener de 2023

Preu de la inscripció: 10 €. Les inscripcions s'obriran a partir del mes d'octubre de 2022. Més informació a www.riudoms.cat.

Aula Conferències Escoles Velles | A càrrec del professorat de la Universitat Rovira i Virgili (URV)