Ajuntament de Calafell

ACTIVITATS ALS CENTRES CÍVICS

2025 - 2026

ACTIVITATS ALS CENTRES CÍVICS

Les activitats són gratuïtes. Algunes requereixen inscripció.
Inscripcions a partir del 8 de setembre.

CENTRES CÍVICS CINEMA IRIS i MONTSE CIVIT

TALLER ACTIVAMent

Vols mantenir-te actiu i activa mentalment? Farem activitats dinàmiques que us aportaran salut i benestar, com exercicis de memòria, manualitats, jocs, xerrades, etc. en un ambient relaxat i relacional. Per a persones de més de 60 anys..

CC Cinema Iris:
Dimarts de 10 a 11 o d'11 a 12 h
CC Montse Civit:
Dimarts de 17 a 18 h
Divendres de 10 a 11 o d'11a 12 h
D'octubre de 2024 a maig de 2025
INSCRIPCIÓ: en línia a seu.calafell.cat o presencial al SAC.

ACTIVITATS D'ESTIMULACIÓ COGNITIVA PER A PERSONES GRANS

Tallers per optimitzar y millorar el funcionament cognitiu i físic de les persones grans amb dificultats cognitives lleus, un espai estimulatiu i de caràcter social, en un entorn agradable.

Les persones més grans trobareu un lloc adaptat, on treballarem amb activitats i exercicis pensats per resultar fàcils, on es promouen les capacitats de cadascú des del gaudir.

CC Cinema Iris: dimecres i divendres de 10.30 a 11.30 o d'11.40 a 12.40 h
CC Montse Civit: Dimarts i dijous de 10.30 a 11.30 o d'11.40 a 12.40 h
Del 25 de setembre de 2025 al juny de 2026
INSCRIPCIÓ: en línia a seu.calafell.cat o presencialment al SAC.
Tenen preferència els antics alumnes.

MÉS DIGITALS

El programa més digitals s'adreça a aquelles persones que vulguin iniciar-se en l´ ús de dispositius mòbils, però també a les que ja els utilitzen i volen millorar les seves capacitats. Hi ha diferents opcions de formació.

Els cursos són gratuïts i tenen una durada de 15 hores, distribuïdes de forma setmanal.

El programa forma part del Pla de Xoc contra la Bretxa Digital a Catalunya..
INSCRIPCIÓ: Truqueu al 012 (telèfon gratuït) o consulteu als centres cívics.

CENTRE CÍVIC MONTSE CIVIT

DIVER-GRAN

Et proposem passar una estona de lleure divertida i dinàmica amb les dinamitzadores del centre, comencem la setmana amb esperit vital.

D'octubre de 2025 a maig de 2026
Els dilluns de 10.30 a 11.30 h
No cal inscripció.

BENESTAR I MOVIMENT

El taller Benestar i Moviment té com a objectiu promoure el benestar físic i mental a través del moviment. L'activitat combina el treball de bones postures, tècniques de relaxació i exercicis de consciència corporal. A través de moviments de dansa, estiraments i tècniques de respiració, es busca millorar la postura, reduir tensions i afavorir un estat de relaxació i equilibri.

Un espai per connectar amb el cos i la ment, alliberar estrès i potenciar el benestar global.

Els dimarts de 18 a 19 h
i els dimecres de 10 a 11 h
No cal inscripció.

EL "MEU DIARI" GAMBERRO

Una proposta intrigant i provocadora que convida a endinsar-se en un viatge d'autoconeixement i sinceritat. El diari creatiu pot ser una eina poderosa per reflexionar, descobrir-se i alliberar-se d'una manera única.

Reflexiona sobre el passat, el present i el futur, explorant la teva creativitat i crea un llibre secret sobre tu, fugint de mostrar-ho sempre tot.

I quan hagis acabat, tira'l, amaga'l o crema'l!
**No cal tenir nocions d'escriptura ni artístiques. S'ha de portar un quadern, la resta de material està inclòs.*

Els dimarts de 18 a 20 h, quinzenalment.
7 i 21 d'octubre, 4 i 18 de novembre, 2 i 16 de desembre, 13 i 27 de gener, 10 i 24 de febrer, 10 i 24 de març, 14 i 28 d'abril i 12 i 26 de maig.
Cal inscripció:
Tel. 977 699009 (ext. 2580 i 2490)
espaiscivics@calafell.cat
o presencial als centres.

AL CENTRE CÍVIC CINEMA IRIS

TALLERS DE CREATIVITAT "PAPALLONES AL CERVELL"

Deixa't sorprendre per diferents propostes creatives on l'objectiu és gaudir de l'experiència i donar-te el teu espai. Diuen que crear amb les mans produeix la mateixa sensació que quan estem enamorats. Vine a proporcionar les papallones al teu cervell i a connectar amb la teva creativitat i expressió.

Els dimarts, de 18 a 20 h, quinzenalment.
14 i 28 d'octubre, 11 i 25 de novembre, 9 de desembre, 20 de gener, 3 i 17 de febrer, 3 i 17 de març, 7 i 21 d'abril i 5 i 19 de maig.

Cal inscripció:
Tel. 977 699 009 (ext. 2580 i 2490)
espaiscivics@calafell.cat
o presencial als centres.

ASSAJA'T EN CATALÀ

El taller Assaja't en català es dirigeix a persones amb un mínim domini de la llengua catalana i alumnes dels cursos de català, que vulgueu practicar i agafar seguretat alhora de parlar-la.

Es prepararan diferents situacions quotidianes per a practicar com anar al mercat, demanar a un bar o restaurant, conèixer gent nova, recreant situacions tot practicant la parla i perdre complexes alhora de deixar-nos anar.

Dimecres d'11:30 a 12:30 h
No cal inscripció.

AULA DE CINEMA DE L'IRIS

Us proposem assistir a 4 sessions per endinsar-nos al món del cinema. Cada sessió consta d'introducció, visionat de la pel·lícula i en finalitzar es fa l'anàlisi dels elements més destacats (context, direcció, fotografia, actors, guió, personatges, trama...).

Activitat conduïda per Alan Kanjo, expert en cultura cinematogràfica.

Els dijous 16 i 23 d'octubre
i 6 i 13 de novembre
(No es precisa assistir a totes les sessions)
A les 17.30 h presentació de la pel·lícula, a les 18 h inicia la projecció.
No cal inscripció.

CALAFELL SMALL TALK (ENGLISH MEETINGS)

Trobades de conversa en anglès, sense professor, espai d'intercanvi amb voluntaris.

English - Spanish
Catalan Conversation Exchange.
Native English speakers and native Spanish/Catalan speakers meeting up to help each other.

Dimarts i dijous de 19 a 21 h
D'octubre de 2025 a juliol de 2026
*Tuesdays and Thursdays, 7 to 9 p.m., from October to July.***No cal inscripció.**
Imprescindible nivell d'anglès.

TARDA DE JOCS DE TAULA

Vine a passar una tarda divertida on podràs trobar-te amb gent a qui agraden els jocs de taula i compartireu una bona estona.

Activitat conduïda per un grup de voluntàries i la participació de tots els assistents.
Per a majors de 18 anys.

Els dilluns de 16 a 18 h
D'octubre de 2025
a maig de 2026
No cal inscripció.

TALLERS CREATIUS PER DIES ASSENYALATS

Oberts a totes les edats. No cal inscripció

CASTANYADA I HALLOWEEN

Un "tocat-diadema terrorífícament CHIC"
Tindrem tot de material fantasmagòric (tul negre, aranyes, ulls, teranyines...), mentre tastem unes castanyes ben nostrades i també un vinet ranci pels més grans.
28 d'octubre al CC Cinema Iris a les 18 h
30 d'octubre al CC M Civit a les 18 h

CARNAVAL: Un collaret esbojarrat

Crea el complement ideal per carnaval, un collaret fet de coses boniques per ser el més original i divertit. Rodeja el teu coll de flors, teles de colors, plomes i lluentons.
10 de febrer, de 17 a 19 h, al CC Cinema Iris
12 de febrer, de 17 a 19 h, al CC M Civit

SANT JORDI

Tallers oberts de micropoemes, il·lustració, ampolletes amb missatges, personatges de conte, pedres-paraules màgiques, i tot de propostes...
Per a tots els públics i edats,
Lletraferits, avorrits i divertits,
Per tecnològics i digitals,
Pels savis i els ignorats,
Us esperen tot de paraules planes i rimbombants!
23 d'abril, de 17 a 19 h, al Cinema Iris

ACTIVITATS DE LES ENTITATS

L'organització va a càrrec de cada associació. Podeu contactar presencialment abans de l'inici de l'activitat o comunicar-vos per correu electrònic, per conèixer com accedir-hi, associar-vos i com participar-hi, us informaran dels preus i de les activitats que realitzen.

Les activitats funcionen de setembre o octubre de 2025 a juny de 2026.

ACTIVITATS AL CENTRE CÍVIC MONTSE CIVIT *(PORT DE SEGUR)*

ELS AMICS DE L'ART

Si vols aprendre a dibuixar, pintar i fer manualitats, no dubtis i apunta't a les classes de l'associació dels Amics de l'art, t'ho passaràs d'allò més bé.
Dilluns, de 16.30 a 19.30 h
Dijous, de 10.30 a 13 h

ART VINTAGE CALAFELL

T'agrada l'scrapbooking? Fes-te soci/a i tindràs un lloc per compartir idees i materials per als teus dissenys!
Dijous de 16 a 19 h
Informació: artvintagecalafell@gmail.com

ASSOCIACIÓ DE BALL FEEL DANCE

Classes de ball de diferents estils. Per a totes les edats.
Divendres, 17.30 a 18.30 h

CREART'S, ESCOLA DE DANSA

BREAK DANCE
Classes de dansa urbana.
Dilluns de 17.40 a 18.40 h

CONTEMPORANI
Classes de contemporani + 10 anys
Dimecres de 17 a 18 h

Més informació: IG @crearts.calafell
o al correu crearts.calafell@gmail.com

ASSOCIACIÓ ART CALAFELL TALLER DE PINTURA CREATIVA AMB ACRÍLICS

Dimecres de 17 a 19 h
Més informació:
associacioartcalafell@gmail.com

ASSOCIACIÓ A-DONA'T

IOGA
Dilluns ,dimecres i divendres de 10 a 11 h

IOGA ADAPTAT A PERSONES AMB MOBILITAT REDUÏDA
Dilluns, dimecres d'11.30 a 13 h

Més informació a adonatcalafell@gmail.com

ASSOCIACIÓN DE VECINOS SAN MIGUEL DE SEGUR DE CALAFELL

PUNT D'ATENCIÓ

Punt d'atenció i informació de l'associació i de les seves activitats.
Divendres de 18 a 20h

IOGA

Dijous de 17:30 a 19h.

Informació: aavvsanmiguel@gmail.com
o aavvsegurdecalafell.org

COUNTRY STYLE CALAFELL

Vine a ballar Country! Música, ritme, passos, coordinació i molta diversió. Balls en línia on no cal parella i exercici moderat assequible per a tothom.
Els dimecres
Nivell intermig-Avançat de 17.30 a 18.30 h
Nivell Inicial de 18.30 a 19.30 h

NUEVA PSIQUIATRÍA

Reunions de grups oberts terapèutics d' afectats, familiars, professionals o interessats en el tema, sempre en relació estrictament igualitària.
Compartint experiències, tots i totes aprenem uns dels altres, a conduir millor les nostres dificultats.
Dimarts de 17 a 19 h

MASIA DE LES ARTS

L'associació d'artesans ofereix un conjunt de tallers que no us podeu perdre.

TALLERS DE MANUALITATS TEMÀTICS

L'últim dilluns de mes de setembre a juny

Informació i reserves:
IG @masiadelesarts
info@masiadelesarts.cat

PENEDÈS CONTRA EL CÀNCER

Un espai de trobada amb activitats diverses que ens donen ànims i ganes de seguir trobant-nos cada dissabte.
Dissabtes de 10 a 14 h
Contacte:
penedescontraelcancer@gmail.com

ASSOCIACIÓ ADOLESCENTES RECICLADOS GRUP DE TEATRE

Si t'agrada el teatre, aquest es el teu grup. Busquem noves incorporacions per les representacions de teatre i gaudir damunt de l'escenari.
Dilluns i dimecres de 19.15 a 21 h.

ACTIVITATS AL CENTRE CÍVIC CINEMA IRIS

ASSOCIACIÓ SARDANISTA DE CALAFELL

Sardanes per a tothom! Si no en saps te n'ensenyarem i, si en saps, aprendràs a comptar, repartir i interpretar.
Dilluns de 19.30 a 21 h

ASSOCIACIÓ PERFORMING ARTS CALAFELL - DANSA CALAFELL

INICIACIÓ A LA DANSA CLÀSSICA INFANTIL
Dissabtes de 10 a 11 h

DANSA CLASSICA INFANTIL
Dissabtes de 11 a 12h
Més informació: dansacalafell@gmail.com

SPLAF: Associació Fibromiàlgia Calafell

Activitats adaptades a les nostres necessitats (i a persones amb malalties relacionades amb el dolor crònic).
Un espai de trobada, des d'on compartir, distreure'ns, etc. Amb tallers de cuina, tallers de memòria, manualitats, cafè tertúlia, etc.

ESPAI DE TROBADA AMB ACTIVITATS DIVERSES
Divendres de 16 a 19 h

IOGA AMB CADIRA
Dilluns de 10 a 11 h

IOGA ADAPTAT
Dijous de 17 a 18 h

TAI-XI
Dijous de 11.30 a 12.30 h

Més informació: associació.splaf@gmail.com o presencialment els divendres.

ASSOCIACIÓ A-DONA'T

Som un grup de dones de Calafell, amb la inquietud de compartir un espai on desenvolupar diferents activitats de lleure, coneixement, i desenvolupament personal.
El nostre objectiu és dinamitzar la vida de la dona en el nostre entorn, mitjançant activitats de caire cultural, formatiu, social, lúdic o cívic.
Per participar a les activitats cal fer-se sòcia.

IOGA
Dimarts de 18.45 a 19.45 h
i de 19.50 a 20.50 h

TALLERS DE CUINA I ALTRES PROPOSTES
Dijous a les 17.30 h

Més informació: adonatcalafell@gmail.com

ASSOCIACIÓ DE BALL FEEL DANCE

Classes de ball de diferents estils.
Dimecres de 17:30 a 18.30 h

Més informació en l'horari de l'activitat

PASQUAL ESPORTIU

GIMNÀSTICA DE MANTENIMENT

Posa't en forma de forma fàcil, dinàmica i divertida (pilates, tonificació, estiraments, etc.)
Dimarts i Dijous de 9 a 10 h

GIMNÀSTICA CORRECTIVA

Per persones amb mobilitat limitada i que tenen dificultats.
Dimarts i dijous de 10 a 11 h

ASSOCIACIÓ FOTOGRÀFICA ENFOCA

ESPAI DE TROBADA

Entitat fotogràfica de Calafell i comarca que té per objectiu fomentar la difusió, la formació i el coneixement de l'art de la fotografia. Organitza cursos, tallers i monogràfics a diferents nivells. Disposen d'estudi fotogràfic per als socis i sòcies i organitzen exposicions i sortides.
Divendres de 19 a 21 h

Més informació:
infoenfocacalafell@gmail.com
o presencialment els divendres.

ASSOCIACIÓ ART CALAFELL

CURS D'ESCULTURA

Curs de modelat i escultura dirigit tant a persones que tenen coneixements de la matèria, com a qui no ha realitzat mai aquesta tècnica. Fareu una escultura amb les principals tècniques y aprendreu escultura a través del modelat, pas a pas.
Dilluns de 16.30 a 18 h
i/o dimarts de 17 a 18.30 h

DESCOBRIR I PERFECCIONAR EL TEU ESTIL ARTÍSTIC

Dirigit a persones que vulguin iniciar-se o aprofundir en el dibuix i la pintura des d'una base sòlida i professional.
Dilluns de 17 a 20 h
Més informació:
associacioartcalafell@gmail.com

CREART'S, ESCOLA DE DANSA

COMERCIAL DANCE

Grup Babys, nascuts entre 2018-19
Grup Infantil nascuts entre 2014-17
Grup Junior nascuts entre 2008-13
Dimarts i dijous de 17.30 a 18.30h

Més informació: IG @crearts.calafell
i crearts.calafell@gmail.com

GRUPS DE FAMÍLIA AL-ANON/ALATEEN

Grups de família Al-Anon / Alateen som els familiars i amics de persones amb problemes amb l'alcohol. L'alcoholisme és una malaltia de la família, necessitem conèixer-la, així com les seves conseqüències en l'entorn familiar i social, per recuperar-nos i per poder portar una vida normal.
És l'alcohol un problema en la seva família?

Reunions tots els dilluns de 19 a 21 h.

Més informació: al-anonespana.org

ALCOHÒLICS ANÒNIMS: REUNIONS DE GRUP

Si tens problemes
amb l'alcohol potser
et podem ajudar,
de tu a tu,
et comprenem.

Reunions els dilluns i els dimecres de 19 a 21 h.

Més informació:
alcoholicos-anonimos.org
Tel. 606 586 270

PENEDÈS CONTRA EL CÀNCER

Un espai d'acompanyament i de suport emocional i social, tot generant dinàmiques positives d'afrontament de la malaltia o de la pèrdua d'un ésser estimat, que ens donen ànims i ganes de seguir trobant-nos.
El 4rt Divendres de mes de 17 a 19 h

SESSIONS DE MEDITACIÓ

El 2on Divendres de cada mes, de 17 a 19 h

Més informació:
penedescontraelcancer@gmail.com

MASIA DE LES ARTS

L'associació d'artesans ofereix un conjunt de tallers que no us podeu perdre.

TALLERS DE MANUALITATS

El 2on i 4rt Dimecres de cada mes, de 16 a 19 h.

Informació i reserves:
IG @masiadelesarts
info@masiadelesarts.cat

ACTIVITATS AL CENTRE CÍVIC CAN PEROTET

ASSOCIACIÓ DE VEÏNS DE VALLDEMAR, MONTMAR, SEGUR DE DALT I LES BRISES

TARDES D'ESBARJO
I PUNT D'ATENCIÓ
Dimarts i dijous de 18.30 a 20 h

Informació:
aavvvalldemarmontmarbrises@gmail.com

ASSOCIACIÓ A-DONA'T

PILATES POSTURAL
Dimecres a les 11 h
Més informació en l'horari de l'activitat al centre i a adonatcalafell@gmail.com

ASSOCIACIÓ MÓN INCLUSIU

Associació per promoure la inclusió i donar suport a famílies amb menors amb diversitat funcional

TALLERS I XERRADES PER FAMILIES
I PUNT D'ATENCIÓ
Els dilluns i dimecres de 9.30 a 11 h

TARDES D'ACTIVITATS FAMILIARS
Un espai per jocs, manualitats i altres propostes.
Els dimarts i dijous de les 17 a les 18 h

CENTRE CÍVIC CAN PEROTET VALLDEMAR

ACTIVITATS FAMILIARS DE TARDA

Organitzades per l'Ajuntament de Calafell

Un espai de trobada a la vostra mida, on farem coses la mar de maques!
Omplint de vida el nou centre cívic tot gaudint del lloc i de la companyia, amb uns tallers oberts per a totes les edats, tallers de manualitats, jocs i propostes adaptades a tots els públics. T'hi esperem!

Els dilluns i els dimecres de 17 a 18.30 h
D'octubre a desembre de 2025
No cal inscripció.

www.calafell.cat

CENTRE CÍVIC CINEMA IRIS
C Vilamar, 21
La Platja de Calafell
Tel. 977 699 009
Ext. 2580

CENTRE CÍVIC MONTSE CIVIT
Edifici G,
Port de Segur
Tel. 977 699 009
Ext. 2490

CENTRE CÍVIC CAN PEROTET
Carrer Molina, 5-7
Valldemar

espaiscivics@calafell.cat | @centrescivicscalafell