

¡No te quedes en casa!



2024-2025

Guía de actividades

deportivas, culturales y
formativas en tiempo de ocio



AJUNTAMENT
D'ESPLUGUES



Pilar Díaz

Alcaldessa d'Esplugues

¡Actívate!

Actívate en Esplugues y no te quedes en casa! En estas páginas descubrirás más de cien maneras de disfrutar de nuestra ciudad al máximo con actividades deportivas, culturales, sociales y formativas. Muchas de estas actividades las realizaremos en el Complejo Sociocultural y Deportivo de Can Vidalet, un equipamiento de primera categoría que ya se ha convertido en todo un referente en Esplugues.

Os animamos a aprovechar esta diversidad de propuestas sin necesidad de moveros de Esplugues: probando un deporte nuevo, adquiriendo una habilidad diferente, realizando una formación o compartiendo momentos con los vecinos y vecinas durante el próximo curso. En esta edición de la guía 'No te quedes en casa' hemos reunido una amplia variedad de propuestas para todos los públicos y edades, muchas de ellas gratuitas o a precios accesibles, para que sólo necesites poner las ganas. **¡Actívate en Esplugues!**

ÍNDICE



¡ESPLUGUES ES DEPORTE!

04

CEM La Plana: Actividades acuáticas
CSE Can Vidalet: Abono Canvi
Juegos Escolares
Escuelas deportivas



APRENDER ARTE Y MÚSICA

10

Espai Municipal de les Arts
Escola Municipal de Música



TALLERES JUVENILES

16

Oficina Jove d'Emancipació



ANIMACIÓN SOCIOCULTURAL PARA LA GENTE MAYOR

17

Aula Cultural
Aula Salud Integral
Conéctate a las redes
Uso del teléfono móvil. Los jóvenes te enseñan
Aula de Actividades físicas



EN CLAVE DE IGUALDAD

22

CIRD Vil·la Pepita



VIVE EL PATRIMONIO

24

Museos y Archivo



ENTIDADES QUE EDUCAN EN EL OCIO

26

Grup d'Esplai Espurnes
Espluga Viva
Club d'Esplai Pubilla Cases Can Vidalet



LA FORMACIÓN SIEMPRE CONTINUA

31

Escola d'Adults Eugeni d'Ors



CUESTIÓN DE LENGUAS

32

Servei Local de Català
Escola Oficial d'idiomes



SERVICIO DE BIBLIOTECA

33



LAS ENTIDADES TE ABREN LAS PUERTAS

34



AYUDAS PARA ACTIVIDADES

36



¡ESPLUGUES ES DEPORTE!

COMPLEX ESPORTIU MUNICIPAL LA PLANA

Actividades y cursos para aprender a disfrutar del deporte y la actividad física. **A partir del 9 de septiembre**
PRECIOS (trimestrales con IVA incluido):

- (1) Precio del servicio
- (2) Precio para ciudadanos/as empadronados en Esplugues

B Actividades becables
Más info en la p.36

ACTIVIDADES ACUÁTICAS

ES NECESARIO TRAER:

Bañador, chanclas, toalla o albornoz y gorro de baño. En los cursillos de 12 meses a 36 meses es necesaria la compañía del padre o la madre durante toda la sesión acuática.

ACTIVIDADES ACUÁTICAS LÚDICAS PARA BEBÉS

OBJETIVO:

Aprender y disfrutar con vuestro bebé, en el medio acuático mediante actividades lúdicas.

Niños y niñas de 12 a 36 meses (bebés)

- NN1:** Lu, 17.30 a 18.15 h
- NN2:** Ma, 17.30 a 18.15 h
- NN3:** Mi, 17.30 a 18.15 h
- NN4:** Ju, 17.30 a 18.15 h
- NN5:** Vi, 16 a 16.45 h
- NN6:** Sa, de 10.30 a 11.15 h
- NN7:** Sa, d'11.15 a 12 h

Precio 1r trimestre: (1) 100,65€ . (2) 91,61€ **B**
Precio resto de trimestres: (1) 80,78 € · (2) 73,53 €

ACTIVIDADES ACUÁTICAS LÚDICAS PARA PEQUEÑOS (NIVEL TORTUGAS)
Cursando P3 a P5

OBJETIVO:

Trabajar la autonomía en el medio acuático, desde la iniciación, familiarización y adaptación, favoreciendo el desarrollo físico y motriz del niño/a.

- Tortuga 1** Lu, de 17.30 a 18.15 h
- Tortuga 2** Lu, de 18.15 a 19 h
- Tortuga 3** Ma, de 17.30 a 18.15 h
- Tortuga 5** Mi, de 17.30 a 18.15 h
- Tortuga 6** Mi, de 18.15 a 19 h
- Tortuga 7** Ju, de 17.30 a 18.15 h
- Tortuga 8** Ju, de 18,15 a 19 h
- Tortuga 9** Vi, de 17.30 a 18.15 h
- Tortuga 10** Vi, de 18,15 a 19 h
- Tortuga 11** Sa, de 9.45 a 10.30 h

Precio 1r trimestre: (1) 100,65€ . (2) 91,61€ **B**
Precio resto de trimestres: (1) 80,78 € · (2) 73,53 €

ACTIVIDADES ACUÁTICAS PARA PEQUEÑOS (NIVEL DELFÍN)

A partir de 1r de primaria (6 a 11 años)

Delfín 1 Lu, de 17.30 a 18.15 h

Delfín 2 Lu, de 18.15 a 19 h

Delfín 3 Ma, de 17.30 a 18.15 h

Delfín 4 Ma, de 18.15 a 19 h

Delfín 5 Mi, de 17.30 a 18.15 h

Dofi 6 Mi, de 18.15 a 19 h

Delfín 7 Ju, de 17.30 a 18.15 h

Delfín 9 Vi, de 17.30 a 18.15 h

Delfín 10 Vi, de 18.15 a 19 h

Delfín 11 Sa, de 9 a 9.45 h

Precio 1r trimestre:
(1) 77,48€ (2) 76,09€ **B**

Precio resto de trimestres:
(1) 62,19 € (2) 61,07 €

CURSOS DE NATACIÓN PARA JÓVENES (NIVEL TIBURÓN)

(De 12 a 15 años)

Es necesario saber nadar.

OBJETIVO:

Tener dominio y perfeccionar los diferentes estilos de natación, trabajar y conocer diferentes actividades acuáticas.

Tiburón 1 Lu, de 19 a 19.45h

Tiburón 2 Ma, de 19 a 19.45h

Tiburón 3 Mi, de 19 a 19.45h

Tiburón 4 Ju, de 19 a 19.45h

Tiburón 5 Vi, de 19 a 19.45h

Precio 1r trimestre:
(1) 77,48€ (2) 76,09€ **B**

Precio resto de trimestres:
(1) 62,19 € (2) 61,07 €

CURSOS DE NATACIÓN DE INICIACIÓN PARA ADULTOS

OBJETIVO:

Aprender a nadar y disfrutar del medio acuático

De 16 a 65 años.

NAI 1: lunes de 19 a 19.45h (Piscina mediana)

NAI 2: miércoles de 19 a 19.45h (Piscina pequeña)

Precio 1r trimestre:
(1) 77,48€ (2) 76,09€ **B**

Precio resto de trimestres:
(1) 62,19 € (2) 61,07 €

CURSOS DE NATACIÓN MEJORA PARA ADULTOS

OBJETIVO:

Objetivo: Mejorar estilos de natación y perfeccionar los estilos.

De 16 a 65 años.

NAV 1: Ma, 8.45 a 9.30 h

NAV 2: Ma, de 19 a 19.45 h

NAV 3: Ju, de 19 a 19.45 h

Precio 1r trimestre:
(1) 77,48€ (2) 76,09€ **B**

Precio resto de trimestres:
(1) 62,19 € (2) 61,07 €

Hay la posibilidad de inscribirse más de un día en todos los cursos

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES A LOS CURSOS CEM LA PLANA

INSCRIPCIONES (Plazas limitadas)

LUGAR:

Recepción del Complex Esportiu Municipal La Plana (plaza Catalunya, s/n)

HORARIO:

de lunes a viernes, de 8 a 21 h; sábados, de 9 a 19 h; domingos, de 9 a 12.30 h.

Descuentos especiales en todas las actividades para promoción familiar. (Más información en la recepción del CEM La Plana).

El pago de los cursos se realizará con tarjeta en el momento de la inscripción el 1er trimestre. El segundo pago (mes de diciembre) y el tercero (mes de marzo) se pagará mediante domiciliación bancaria.

Para darse de baja de un curso es imprescindible informar a la recepción del CEM La Plana diez días antes de iniciarse el siguiente período.

Los cursos son anuales, de acuerdo con el calendario escolar. Se iniciarán el 9 de septiembre del 2024 y finalizarán en junio del 2025. Las vacaciones también son en período escolar (Navidad y Semana Santa).

La documentación necesaria para formalizar la inscripción es:

- Fotocopia del DNI
- Datos bancarios

PARA MÁS INFORMACIÓN:

- Recepción del Complex Esportiu Municipal La Plana (plaza Catalunya s/n. Tel.: 93 480 27 18)
- www.esplugues.cat
- Teléfono gratuito 900 300 082
- Los abonados y abonadas tiene un 30% de descuento en los PRECIOS de los cursos.

JOCS ESPORTIUS ESCOLARS

El propósito de este programa es que chicos y chicas adquieran el hábito de ocupar una parte de su tiempo libre realizando actividades físico-deportivas. Se pretende también potenciar y divulgar el concepto de deporte educativo. Ésta temporada 2024-2025, la ciudad d'Esplugues de Llobregat ha sido designada "CIUTAT JUCA VERD PLAY"

A QUIÉN VA DIRIGIDO

Pueden participar niños y niñas de edades comprendidas entre los 6 y los 17 años.

Para poder participar deben dirigirse a las asociaciones de madres y padres de los centros escolares correspondientes o a las diferentes entidades deportivas participantes.

COMPLEX SOCIOCULTURAL I ESPORTIU CAN VIDALET

ABONO CANVI

Abono que da derecho al uso de la sala de fitness con seguimiento y asesoramiento por personal técnico especializado.

HORARIOS:

De lunes a viernes, de 8 a 13.30 h i de 16.30 a 21 h
Sábados, de 9.30 a 13 h
Domingos, de 10 a 12.30 h

PRECIOS:

Abono Canvi: 27 €
Abono joven (de 16 a 25 años): 21,60 €
Abono personas mayores (a partir de 61 años): 21,60 €
Abono diversidad funcional (33% o más de grado de discapacidad y/o personas que dispongan de carnet rosa): 21,60 €
Abono en situación de paro (mayor de 25 años con un tiempo mínimo de paro de seis meses): 21,60 €

EL ABONO CANVI DA DERECHO A PARTICIPAR EN LAS SIGUIENTES ACTIVIDADES DIRIGIDAS:

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
8.15 a 9 h	Zumba	Bodypump	Body-balance	Zumba	Cross Training
9.15 a 10 h				Body Combat	Stretching
10.30 a 11 h	Core 20'		Core 20'		Core 20'
17 a 17.45 h	Cross Training	Body Combat			
18 a 18.45 h	Body-balance	Body-balance	Body Combat	Bodypump	Zumba
19.15 a 20 h			Esquena sana	Body-balance	Bodypump
20.15 a 21 h			GAC		

INSCRIPCIONES E INFORMACIÓN EN CSE CAN VIDALET

De lunes a viernes, de 9 a 23 h · 93 470 71 92

ORGANIZACIÓN

Se organizan competiciones deportivas regulares de noviembre a mayo en deportes colectivos como el fútbol 7, baloncesto, fútbol sala, voleibol, balonmano... e individuales como ajedrez, tenis de mesa, gimnasia artística... Los días de las competiciones

de equipo serán preferentemente los sábados por la mañana, de 9 a 13 h.

PARA MÁS INFORMACIÓN:

Servicio de Deportes del Ayuntamiento de Esplugues.
Tel. 93 371 33 50.

ESCUELAS DEPORTIVAS 2024-2025

Las entidades deportivas ofrecen a niños y jóvenes del municipio la posibilidad de practicar una disciplina deportiva, potenciando y divulgando el concepto educativo y los valores del deporte.

ESCUELA DE BALONCESTO

Nacidos/as a partir de 2019

Organiza:

Basket Esplugues

Información e inscripciones:

be@basketesplugues.com
www.basketesplugues.com

Lugar actividad

CEM Les Moreres

ESCUELA DE BALONMANO

Nacidos/as entre 2007 i 2020
(equipos masculinos y femeninos)

Organiza:

Club Handbol Esplugues

Información e inscripciones:

lunes, martes i jueves, de 17 a 20 h, en el despacho de Balonmano del CEM Les Moreres, a partir del 2 de septiembre. También en chesplugues@gmail.com
handbolesplugues.com

Lugar actividad

CEM Les Moreres

ESCUELA DE VOLEIBOL

Nacidos/as entre 2013 i 2019

Organiza:

Club Voleibol Esplugues

Información e inscripciones:

lu, mi i vi, de 18 a 20 h en el CEM Les Moreres, a partir del 2 de septiembre, y en voleibolesplugues@gmail.com

Lugar actividad

CEM Les Moreres i
IES La Mallola

ESCUELA DE NATACIÓN

Nacidos/as entre 2021 i 2018
(escuela) i a partir 2017 (natació de competició)

Organiza:

Club Natació Esplugues

Información e inscripciones:

a partir del 9 de septiembre 2024, presencialmente de lunes a viernes de 17.30 a 19h en la oficina del Club Natació Esplugues (Cem La Plana). También en info@cnesplugues.cat
Lugar actividad
Piscina del Complex Esportiu Municipal La Plana.

ESCUELA DE NATACIÓN SINCRONIZADA

Nacidos/as a partir del 2016

Organiza:

Club Natació Esplugues

Información e inscripciones:

a partir del 9 de septiembre 2024, presencialmente de lunes a viernes de 17.30 a 19h en la oficina del Club Natació Esplugues (Cem La Plana). También en info@cnesplugues.cat

Lugar actividad

Piscina del Complex Esportiu Municipal La Plana.

ESCUELA DE PATINAJE ARTÍSTICO

Nacidos/as entre 2006 i 2021

Organiza:

Esplu-Artistic Club Patí

Información e inscripciones:

esplu.artistic@gmail.com, a partir del 2 de septiembre y en el whatsapp 631 49 38 38. Se realiza prueba de nivel.

Lugar actividad

CSE Can Vidalet i
CEM Les Moreres.

ESCUELA DE GIMNASIA ARTÍSTICA FEMENINA Y TRAMPOLIN MIXTO

Nacidos/das a partir de 2021 para grupo Babygym y a partir de 2019 grupos de entrenamiento

Organiza:

Club Gimnàstica Esplugues
Les Moreres

Información y Pre-inscripciones:

al mail gimnasticaartistica-lesmoreres@gmail.com y telf 93 371 72 08. A partir del 3 de junio 2024 <https://forms.gle/TyHJmsQf652oZkjc7>

Horario de la oficina: de lunes a jueves, de 16 a 20.30 h

Lugar actividad Gimnasio del CEM Les Moreres

Toda la información en Instagram: @cgelesmoreres

ESCUELA DE FUTBOL CF CAN VIDALET

Nacidos/as entre 2006 i 2020

Organiza:

Club Futbol Can Vidalet

Información e inscripciones:

www.cfcanvidalet.com, presencial: martes, miércoles, viernes, de 18 a 20 h en el Camp Municipal de Futbol El Molí a partir del 2 de septiembre

Lugar actividad Camp Municipal de Futbol El Molí

ESCUELA DE FUTBOL CFA ESPLUGUENC

Nacidos/as entre 2005 i 2019

Organiza:

CFA Espluguenc

Información e inscripciones:

a partir del 2 de septiembre, de lunes a viernes, de 18h a 20h, en las oficinas del Camp Municipal de Futbol Salt del Pi, y en

info@cfaespluguenc.com

Lugar actividad Camp Municipal de Futbol Salt del Pi

ESCOLA DE

ESCUELA FUTBOL SALA

Nacidos/as a partir del 2019

Organiza:

AE Penya Esplugues

Información e inscripciones:

martes, jueves i viernes, de 17.30 a 20 h, al CEM Les Moreres, a partir del 2 de septiembre

(Más información en coordinacioaepe@gmail.com, Xarxes socials

IG: @penyaespluguesoficial

TW: @PenyaEsplugues

Lugar actividad CEM Les Moreres i CSE Can Vidalet

ESCUELA DE BILLAR TRES BANDES

Nacidos/as a partir del 2010

Organiza:

Secció Billar L'Avenç

Información e inscripciones:

en la web avencesplugues.cat o en la Secretaria del Centre Cultural L'Avenç (c. Àngel Guimerà, 27-29). Tel: 93 513 54 45 - Correo electrónico:

activitats@avencesplugues.cat

Lugar actividad Centre Cultural L'Avenç.

ESCUELA DE TENIS MESA

Nacidos/as a partir del 2016

Organiza:

Escola Club Tennis

Taula L'Avenç

Información e inscripciones:

en la web avencesplugues.cat o en la Secretaria del Centre Cultural L'Avenç (c. Àngel Guimerà, 27-29). Tel: 93 513 54 45 - Correo electrónico:

activitats@avencesplugues.cat

Lugar actividad Centre Cultural L'Avenç.



APRENDER ARTE Y MÚSICA

ESPAI MUNICIPAL DE LES ARTS

Centre Municipal Puig Coca
Petit Parc de l'Amistat, s/n,
4t. Tel. 93 372 04 16
espaiddelesarts.esplugues.cat

PRECIOS:

- (1) Precio del servicio
 - (2) Precio para ciudadanos/as empadronados en Esplugues
- Confirmar horarios a partir del 4 de setiembre en la web

B Actividades becables
Más info en la p.36

CERÁMICA Y PINTURA

CURSOS PARA FAMILIAS



Aprender, disfrutar e iniciar
(de 3 a 6 años, han de estar cursando P5)

TALLER ARTÍSTICO PARA FAMILIAS:

Per a infants acompanyats
d'un membre de la seva
família.

Jueves, de 17.15 a 18.15 h
Precio: (1) 69€ (2) 46€

CURSOS PARA NIÑOS/AS

(de 6 a 13 años,
a partir de 1r de primaria)



TALLER DE CERÁMICA

Viernes de 17.30 a 19 h
Precio (1) 83,50€ (2) 55,65€

TALLER ARTÍSTICO

Para niños/as con inquietudes
artísticas variadas y ganas
de crear nuevos proyectos.
Jueves, de 18.20 a 19.50h
Precio (1) 83,50€ (2) 55,65€

DIBUJO Y PINTURA

Proporción y color. Se
practica la proporción en el
dibujo con diferentes estilos,
y el color con la pintura al
agua, pintura al temple,
acrílico, acuarela ...
Lunes, de 17.20 a 18.50 o de
18.50 a 20.20 h o
Miércoles de 17.30 a 19h
Precio (1) 65 (2) 43€

CURSOS PARA JOVENES

(a partir de 14 años)



DIBUJO Y PINTURA

Para probar y desarrollar
diferentes técnicas artísticas,
sus procesos y su aplicación
en el mundo del lenguaje
visual y la creación plástica.

Martes, de 17.30 a 19 h
Precio (1) 65€ (2) 43€

INICIACIÓN A LA CERÁMICA I, II, III Y IV

Para conocer las técnicas básicas de trabajar el barro de baja temperatura y familiarizarse con este material. también para alumnos con conocimientos básicos, sirve para consolidar lo aprendido. Iniciación a trabajar el barro y esmaltes de alta temperatura, y aprender poco a poco a trabajar de manera más autónoma y menos pautada. (Hay que escoger un horario)
Hay que escoger un horario:

Clases de tres horas:
Mañanas: Lunes o Miércoles, de 10 a 13 h
Tardes: Lu o Mi de 17.30 a 20.30h
Precio: (1) 167€
(2) 111,30€

Clases de dos horas:
Lunes o Miércoles de 10 a 12h o de 11 a 13 h. Clases de 2h
O Jueves de 11 a 13h
Tardes: Lunes o Miércoles, de 17.30 a 19.30 h o de 18.30 a 20.30h
O Martes de 18 a 20h
O Jueves de 18.30 a 20.30h
Precio (1) 111,30€
(2) 74,20€

INICIACIÓN Y PERFECCIONAMIENTO DE TORNO

Ideal para empezar y aprender a hacer una pieza, centrado,

cilindros ... y también para personas ya iniciadas, aprender a hacer piezas compuestas en torno (teteras, cántaros ...).

Clases de 2 horas:
Mañanas: Ma de 10 a 12h
Tardes: Ma de 16.30 a 18.30 o de 18.30 a 20.30h
Vie de 17.30 a 19.30h
Precio (1) 111,30€
(2) 74,20€

INICIACIÓN AL ÓLEO Y PASTEL

Para iniciarse en la práctica de este estilo. Martes de 16 a 17.30h
Precio (1) 49€
(2) 33€

ÓLEO Y PASTEL

Para trabajar y conocer los procedimientos teóricos adecuados a este estil.
Ma, de 19 a 20.30 h
Precio (1) 49€
(2) 33€

INICIACIÓN A LA ACUARELA

Mie de 16.30 a 17.30h
Precio (1) 41,23€
(2) 27,55€

TÉCNICAS MIXTAS

Para aprender a desarrollar un proyecto desde la idea hasta el resultado final, e ir descubriendo diferentes técnicas pictóricas.
Mie de 19 a 20.30h
Precio (1) 49€
(2) 33€

ACUARELA A LA TINTA CHINA

Iniciación y perfeccionamiento. Jueves de 10 a 11.30 h
Precio (1) 49€
(2) 33€

DIBUJO DE PAISAJE

Jue, de 11.30 a 13 h
Precio (1) 49€
(2) 33€

INICIACIÓN Y PERFECCIONAMIENTO A LA TÉCNICA ACRÍLICA

Jueves, d'11.30 a 13 h
Precio (1) 49€
(2) 33€

LIBRO DE ARTISTA

Crea tu diario con pequeños escritos y dibujos utilizando diferentes técnicas pictóricas.
Jueves, de 11.30 a 13 h
Precio (1) 49€
(2) 33€

INICIACIÓN A LA PINTURA

Miércoles de 10 a 12h
Precio (1) 82,45 €
(2) 55,10 €
o
Jueves, de 17.30 a 20 h
Precio (1) 103,06€
(2) 68,87

TALLERES ARTÍSTICOS PARA ADULTOS

Jueves de 15 a 16.30h
Precio (1) 49€
(2) 33€

INFORMACIÓN Y MATRÍCULA

Espai Municipal de les Arts

La matrícula será por correo electrónico:

Escuela de Cerámica:
escolaceramicaesplugues@gmail.com

Escuela de Pintura:
escolapinturaesplugues@gmail.com

Indicando nombre completo, curso de inscripción y teléfono de contacto.

Las matrículas de los alumnos del curso anterior serán del 4 a l'10 de septiembre. Las matrículas de los nuevos alumnos empadronados en Esplugues serán a partir del 12 de septiembre. Las matrículas de los nuevos alumnos no empadronados en Esplugues serán a partir del 16 de septiembre.

Las clases y el Autoservicio empezaran a partir del lunes 23 de septiembre

Si se prefiere hacer la matrícula presencialmente se puede hacer los jueves de 10 a 13h i de 17.30 a 20h

Facebook: Escuela Municipal de Cerámica d'Esplugues de Llobregat

Instagram: @escoladesplugues

Twitter: @escolaesplugues

INFORMACIÓN, HORARIOS E INSCRIPCIONES

Escola Municipal de Música

Centre Municipal Puig Coca
Petit Parc de l'Amistat, s/n
Tel 93 372 04 16
escolademusica@esplugues.cat

Horario:

- Mañanas: martes y jueves, de 10.30 a 14 h
- Tardes: de lunes a viernes, de 16 a 21 h

www.espaidelesarts.esplugues.cat/musica

ESCOLA MUNICIPAL DE MÚSICA

Inicio del curso: 9 de septiembre

PRECIOS:

Descuentos en la matrícula por familia numerosa o mono parental, o por más de un miembro de la misma unidad familiar.

(1) Precio del servicio

(2) Precio para ciudadanos/as empadronados en Esplugues

Matrícula por curso y persona:

(1) 102 € (2) 68 €

B Actividades becables
Más información en la p.36

MÚSICA Y MOVIMIENTO: DE 3 A 5 AÑOS

MÚSICA Y MOVIMIENTO 1

(3 años). Lunes o Jueves, de 17.30 a 18.30 h

MÚSICA Y MOVIMIENTO 2

(4 años).
Lunes o Jueves, de 17:30 a 18:30 h

MÚSICA Y MOVIMIENTO 3

(5 años).
Martes o Viernes, de 17:30 a 18:30 h

Precio:

(1) 102 € (2) 68 €

FORMACIÓN MUSICAL BÁSICA: 6 AÑOS

Dos sesiones semanales de 1 hora::

- Primer instrumento: Miércoles, de 17.30 a 18.30 h
- Coral Si fa sol: Lunes, de 17.30 a 18.30 h

Precio: (1) 102 € (2) 68 €

FORMACIÓN MUSICAL BÁSICA: DE 7 A 11 AÑOS

Aprendizaje de un instrumento y participación en conjuntos.

Con 7 años se inicia el aprendizaje de un instrumento y se puede participar en conjuntos instrumentales, de cuerda o de viento.

A partir de los 9 años se puede acceder a una de las formaciones y grupos infantiles: Banda, Combos de música moderna, Grupo de guitarras, Grupos de teclados y Orquesta Ocellet.

CONJUNTOS, GRUPOS Y FORMACIONES

Conjuntos, grupos y formaciones

Conjuntos instrumentales, Conjunto de viento, Orquesta, Banda, Grupo de guitarras, Combos de música moderna, Coral Si Fa Sol y Coral Espurna. Consultad horarios.

Precios: (1) 55 € (2) 37 €

INSTRUMENTOS

Clarinete, Contrabajo, Flauta travesera, Guitarra, Bajo eléctrico, Percusión y Batería, Piano, Saxofón, Trombón, Trompeta, Viola, Violín y Violoncelo.

Precios:

Clase en grupo de instrumento 45 minutos:
(1) 143,50 € (2) 95,80 €
Instrumento individual 30 minutos:

(1) 185,40 €

(2) 123,60 €

Instrumento individual 45 minutos:

(1) 278,10 €

(2) 185,40 €



LENGUAJE MUSICAL DE FORMACIÓN MUSICAL BÁSICA

Nivel 1:

Martes, de 18:45 a 19:45 h

Nivel 2:

Lunes, de 18:45 a 19:45 h

Nivel 3:

Jueves, de 18:45 a 19:45 h

Nivel 4:

Viernes, de 18:45 a 19:45 h

Precio:

(1) 112,80 € (2) 75,20 €

Tarifa plana FMB:

(1) 212,50 € (2) 155 €

Incluye clase de instrumento en grupo de 45' o individual de 30' y opción a todas las materias colectivas: conjuntos, corales, clases de lenguaje, talleres.

MÚSICA JOVEN: 12 A 17 AÑOS

Hacer música en grupo es el eje del aprendizaje, ofreciéndose varias opciones de formaciones instrumentales o corales y conjuntos. También se ofrece un programa de profundización para aquellos que quieren acceder a estudios oficiales de música.

Todas las combinaciones de materias son posibles, excepto hacer sólo clase de instrumento.

FORMACIONES

Banda, Orquesta, Grupo de guitarras y Coral Kronos.

Precio:

(1) 55 € (2) 37 €

CONJUNTOS

Combo de música moderna, Combo Fiddle, Grupo de teclados.

Precio:

(1) 154,50 € (2) 103 €

INSTRUMENTOS

Bajo eléctrico, Batería, Bombardino, Canto clásico y Canto moderno, Clarinete, Contrabajo, Flauta travesera, Guitarra, Guitarra eléctrica, Percusión, Piano, Piano moderno, Saxofón, Teclados, Trombón, Trompeta, Ukelele, Viola, Violín, Violín moderno y Violoncelo.

Horarios individualizados.

PRECIOS:

- Clase en grup de instrumento 45 minutos:

(1) 177,60 € (2) 118,40 €

- Instrumento individual 30 minutos:

(1) 200,85 € (2) 133,90 €

- Instrumento individual 45 minutos:

(1) 282,60 € (2) 188,40 €

LENGUAJE MUSICAL DE MÚSICA JOVE

Nivel 1:

Miércoles, de 20:00 a 21:00 h

Nivel 2:

Viernes, de 19:45 a 20:45 h

Nivel 3:

Jueves, de 19:45 a 20:45 h

Nivel 4:

Jueves, de 19:45 a 20:45 h

Precio:

(1) 123,60 € (2) 82,40 €

HARMONIA Y COMPOSICIÓN

Nivel 1:

Jueves, de 19:30 a 20:30 h

Nivel 2:

Lunes, de 20:45 a 21:45 h

Nivel 3:

Martes, de 20:15 a 21:15

Precio:

(1) 114,30 € (2) 76,20 €

Tarifa plana Música Jove:

(1) 307,50 € (2) 205 €

Incluye clase de instrumento en grupo de 45' o individual de 30' y opción a todas las materias colectivas: conjuntos, corales, clases de lenguaje, talleres.

PRÁCTICA MUSICAL: A PARTIR DE 18 AÑOS **B**

Se basa en la práctica musical en grupo, ofreciendo varias posibilidades de participar en formaciones y conjuntos. Se recomienda hacer algún curso de Lenguaje musical antes de participar en las formaciones o conjuntos instrumentales en caso de no tener conocimientos previos. También se ofrece un programa de profundización para preparar el acceso a los estudios oficiales de música.

FORMACIONES

Banda, Orquesta, Grupo de guitarras, Coral Sons i Veus, Cor Kwaya (coro de padres y madres).

Precio:
(1) 58,65 € (2) 39,10 €

CONJUNTOS

Combo de música moderna, Grupo de violines, Quinteto de metal

Precio:
(1) 154,50 € (2) 103 €

INSTRUMENTOS

Bajo eléctrico, Batería, Bombardino, Canto clásico y Canto moderno, Clarinete, Contrabajo, Flauta travesera, Guitarra, Guitarra eléctrica, Percusión, Piano, Piano moderno, Saxofón, Teclados, Trombón, Trompeta, Ukelele, Viola, Violín, Violín moderno y Violoncelo. Horarios individualizados.

Precio:
Instrumento individual 30 min.
(1) 219,30 € (2) 146,20 €

Instrumento individual 45 min.
(1) 287,25 € (2) 191,50 €

LENGUAJE MUSICAL DE PRÁCTICA MUSICAL

Nivel 1: Ju, de 20.45 a 22.00 h
Nivel 2: Lu, de 20.45 a 22.00 h
Nivel 3: Lu, de 20.45 a 22.00 h
Precio:
(1) 154,50 € (2) 103 €

HARMONIA Y COMPOSICIÓN

Nivel 1:
Jueves, de 19:30 a 20:30 h
Nivel 2:
Lunes, de 20:45 a 21:45 h

Precio:
(1) 115,80€ (2) 77,20 €

Tarifa plana Práctica Musical:
220 € (1) i 330 € (2).
Incluye clase de instrumento en grupo de 45' o individual de 30' y opción a todas las materias colectivas: conjuntos, corales, clases de lenguaje, talleres.

TALLERES TRIMESTRALES

Propuestas formativa de corta duración para acercar la práctica musical a todos. Para algunos talleres no se requiere conocimientos previos de teoría musical. Las sesiones del primer trimestre empezarán el miércoles 30 de Septiembre.

TALLER DE GUITARRA CON ACORDES

TALLER DE JAZZ IMPROVISACIÓN

TALLER DE VOZ

TALLER DE UKELELE

Consultar horarios

Precio:
(1) 111,15€ (2) 74,10 €





TALLERES JUVENILES

OFICINA JOVE D'EMANCIPACIÓ

Trimestre de octubre a diciembre de 2024. Actividades para satisfacer las inquietudes de los y las jóvenes de 12 a 29 años. Cada trimestre, una programación nueva.

INICIACIÓN AL TEATRO
Viernes, de 18 a 20 h

TEATRO
Viernes, de 18 a 20 h

INGLÉS MEDIO
Martes, de 18.30 a 20 h

INGLÉS AVANZADO
Jueves, de 18.30 a 20 h

ESPAI JOVE REMOLÍ

TALLER DE CINE
Jueves, de 18 a 19.30 h

CLUB DE CINE
Miércoles, de 18 a 21 h

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

Fechas

Primer trimestre: inscripciones **del 9 de septiembre al 27 de septiembre** (Inicio de los talleres: primera semana de octubre). Segundo trimestre: Inscripciones **del 7 al 19 de enero** (Inicio de los talleres: la semana del 20 de enero). Tercer trimestre: Inscripciones **del 28 de marzo al 12 de abril** (Inicio de los talleres: la semana del 21 de abril). Fuera de estas fechas, consultad disponibilidad

Condiciones

- Es imprescindible acreditar el Carnet Jove y que no esté caducado, en la Oficina Joven de Emancipación, el Espai Jove Remolí o el PAC.
- Si no se llega al 80% de la cobertura de las plazas, el taller se puede anular.
- Cada persona podrá realizar un máximo de 4 inscripciones.
- No se devolverá el dinero de la matrícula si no es para anulación del taller.
- La organización se reserva el derecho de hacer cambios en la programación.

Lugar

- Oficina Jove d'Emancipació
C. Àngel Guimerà, 34
661 98 76 90
- Espai Jove Remolí
Pl Blas Infante, s/n
673 09 50 66
- Punt d'Atenció a la Ciutadania (PAC) Central
Pl. San Magdalena, 24
- PAC Can Vidalet
Rambla Verge de la Mercè, 1

Precios

Jóvenes de 16 a 29 años:
18,40 € (para no residentes en Esplugues: 47,19 €)
Con el Carnet Jove, ¡GRATIS!



ANIMACIÓN SOCIOCULTURAL PARA LA GENTE MAYOR

Dirigido a personas de 60 años o más, residentes en Esplugues.
Cursos y talleres gratuitos del 1 de octubre al 20 de junio.

AULA CULTURAL

TEATRO SOCIAL Y DE TEXTO

📍 Casal Cultural Robert Brillas (Àngel Guimerà, 38)
🕒 Lunes, de 16 a 18 h

ESCUELA GENTE MAYOR: LENGUAJE Y LECTURA

📍 Casal Gent Gran Centre-La Plana (Rafael Sebastià Irla, s/n)
🕒 lunes, de 12 a 13 h

ESCUELA GENTE MAYOR: CÁLCULO

📍 Casal Gent Gran el Gall (Àngel Guimerà, 128)
🕒 jueves, de 10 a 11 h.

CINEFORUM

🕒 17 h
Una sesión mensual de octubre a junio (no se requiere inscripción previa)

AULA DE SALUD INTEGRAL

MEJORA LA MEMORIA JUGANDO

A través de diferentes juegos se ejercita la memoria y todos los procesos cognitivos que la mantienen.

📍 Casal Gent Gran El Gall (Àngel Guimerà, 106-108)
🕒 Jue, de 11.30 a 12.30 h

📍 Casal Gent Gran Can Clota (La Pau, 10)
(Àngel Guimerà, 106-108)
🕒 Mie de 12 a 13 h **NOVEDAD**

📍 Casal Gent Gran Centre-La Plana (Rafael Sebastià Irla, s/n)
🕒 Lun, de 10.30 a 11.30 h
🕒 Mar, de 12 a 13 h **NOVEDAD**

MEMORIA Y MOVIMIENTO

📍 Casal Gent Gran Can Clota (La Pau, 10)
🕒 martes y jueves, de 10 a 11 h

EDUCACIÓN EMOCIONAL EN FAMILIA. PSICOLOGÍA PARA EL DÍA A DÍA

Soporte y mejora de la educación emocional teniendo en cuenta la familia como sistema de relaciones. – Inicio febrero 2025 (sesiones quincenales)

PLANTAS MEDICINALES. TENGAMOS CUIDADO DE NUESTROS ÓRGANOS

Descubrimiento de las plantas medicinales para la elaboración de un pequeño botiquín y también sus aplicaciones culinarias.
📍 Casal de Cultura Robert Brillas (c. Àngel Guimerà, 38)
🕒 Martes, de 17 a 19 h.
Taller trimestral: 1r: Octubre - Diciembre, 2n: Enero - Marzo, 3r: Abril - Junio

TALLERES DE MEMORIA

Los talleres de memoria son un espacio de encuentro donde se hacen actividades de estimulación cognitiva, para favorecer la preservación de las capacidades y habilidades que con la edad se van deteriorando.

En este espacio, trabajamos tanto la memoria como otras funciones ejecutivas como son la atención, el razonamiento, el lenguaje.... también hacemos actividades para trabajar la motricidad fina y la creatividad.

📍 Casal Gent Gran Centre - La Plana

c. Rafael Sebastià Irla s/n)

MEMORIA 1*

🕒 viernes, de 10 a 11 h.

MEMORIA 2*

🕒 viernes, d'11 a 12 h.

MEMORIA 7 - NIVEL INICIAL

🕒 viernes 12 a 13 h.

MEMORIA 5

🕒 martes, de 9.30 a 10.30 h

MEMORIA 6

🕒 martes, de 10.30 a 11.30 h

📍 Casal Gent Gran el Gall (Àngel Guimerà, 128)

MEMORIA 3*

🕒 miércoles, de 10 a 11 h

MEMORIA 4*

🕒 miércoles, de 11 a 12 h

📍 Casal Gent Gran Can Clota (La Pau, 10)

MEMORIA 8

🕒 Miércoles de 10.30 a 11.30 h

📍 Casal Gent Gran Can Vidalet (plaça Blas Infante, s/n)

MEMORIA CV1

🕒 lunes, de 10 a 11 h

MEMORIA CV2

🕒 lunes, de 11 a 12 h

MEMORIA CV3 **NOVEDAD**

🕒 martes de 11 a 12 h.

* Se recomienda haber participado en otras ediciones en el taller de memoria

CONÉCTATE A LAS REDES

Talleres de informática de diferentes niveles y tipología

📍 BIBLIOTECA PARE MIQUEL D'ESPLUGUES (ÀNGEL GUIMERÀ, 106-10)

INFORMÁTICA: MEMORIA CON ORDENADOR

🕒 Miércoles de 9.30 a 11 h

INFORMÁTICA NIVEL MEDIO A AVANZADO

🕒 Miércoles de 11.15 a 12.45 h

📍 CENTRE MUNICIPAL PUIG COCA (PETIT PARC DE L'AMISTAT, S/N)

INFORMÁTICA NIVEL BÁSICO A MEDIO:

🕒 Martes, de 16 a 17.30 h

INFORMÁTICA NIVEL MEDIO A AVANZADO:

🕒 Martes, de 17.45 a 19.15 h

NUEVAS TECNOLOGÍAS Y REDES SOCIALES:

🕒 Miércoles de 16 a 17.30 h

INFORMÁTICA NIVEL BÁSICO A MEDIO:

🕒 Miércoles, de 17.45 a 19.15 h

USO DEL TELÉFONO MÓVIL. LOS JÓVENES TE ENSEÑAN

CASAL GENT GRAN EL GALL

📍 Àngel Guimerà, 128*

🕒 Vi, de 15.30 a 16.30 h

(Estudiantes de la Escuela Natzaret)

ESCOLA GARBÍ

📍 Sant Mateu, 34-38*

🕒 Una mañana a la semana.
A determinar

CASAL GENT GRAN

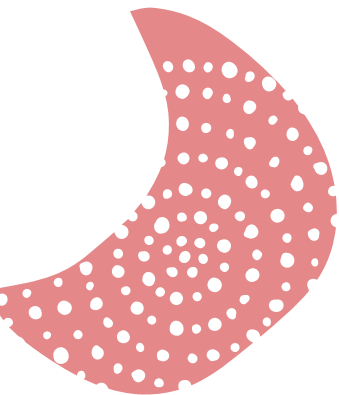
CENTRE-LA PLANA

📍 Rafael Sebastià Irla, s/n*

🕒 Mi, de 16 a 17 h

(estudiantes de
l'Escola Isabel de Villena)

*Pendiente confirmación del
día de inicio de la actividad.



AULA DE ACTIVIDADES FÍSICAS

COMPLEJO DEPORTIVO LES MORERES

📍 (pl. de les Moreres, s/n)

ACTIVIDADES FÍSICAS ADAPTADAS PARA MANTENER Y MEJORAR LA CONDICIÓN FÍSICA

GGGM1 lunes y miércoles,
de 9.30 a 10.30 h

GGGM2 lunes y miércoles,
de 15 a 16 h

GGGM3 martes y jueves,
de 9.15 a 10.15 h

GGGM4 martes y jueves,
de 11.30 a 12.30 h

GGGM5 martes y jueves,
de 12.30 a 13.30 h

GGGM6 lunes y miércoles,
de 12 a 13 h

ACTIVIDADES MUSICALES Y AERÓBIC

GGGA1 lunes y miércoles,
de 9.15 a 10.15 h

GGGA2 lunes y miércoles,
de 10.15 a 11.15 h

GGGA3 martes y jueves,
de 10.30 a 11.30 h

GIMNASIA SUAVE Y REHABILITADORA

Ejercicios para mejorar
la movilidad articular y la
circulación

GGGS2 lunes y miércoles,
de 10.30 a 11.30 h

GGGS3 martes y jueves,
de 9.30 a 10.30 h

PILATES Y ESTIRAMIENTOS EN SUELO

Ejercicios para mejorar la movilidad articular y a circulación

GGP1 lunes y miércoles, de 11.15 a 12.15 h

GGP2 lunes y miércoles, de 12.30 a 13.30 h

BAILES EN LÍNEA Y CON COREOGRAFÍAS

GGGB1 viernes, de 9.30 a 10.30 h

GGGB2 lunes, de 12.30 a 13.30 h

GGGB3 miércoles, de 12.30 a 13.30 h

EJERCICIOS HIPOPRESIVOS

Gimnasia abdominal, de la musculatura lumbar y pélvica

GGGEH1 martes y jueves, de 11.30 a 12.30 h

Trabajo del suelo pélvico estirados en el suelo

GGGEH2 martes y jueves, d'12.30 a 13.30 h

Trabajo del suelo pélvico en silla

COMPLEJO SOCIOCULTURAL Y DEPORTIVO CAN VIDALET

(📍 Cedres, 60)

ACTIVIDADES FÍSICAS PARA MANTENER Y MEJORAR LA CONDICIÓN FÍSICA

GGGM3 lunes y miércoles, de 9 a 10 h

GGGM7 martes y jueves, de 9 a 10 h

PILATES

Ejercicios para mejorar la movilidad articular y la circulación.

GGP3 Lunes y Miércoles, de 11.15 a 12.15 h

GGP4 Lunes y miércoles de 9 a 10 h. **NOVEDAD**

YOGA **NOVEDAD**

Lunes de 12 a 13 h.

Martes de 12 a 13 h.

GIMNASIA SUAVE Y REHABILITADORA

GGG1 Lunes y miércoles de 10 a 11 h. **NOVEDAD**

GGG4 Miércoles y viernes de 12 a 13 h. **NOVEDAD**

BAILES EN LINEA CON COREOGRAFÍAS

GGGB4 Lunes de 11 a 12 h. **NOVEDAD**

GGGB5 Viernes de 10 a 11 h. **NOVEDAD**

ACTIVIDADES MUSICALES Y AERÓBIC

GGGA4 Viernes de 9 a 10 h. **NOVEDAD**

TRABAJO DE FUERZA Y EQUILIBRIO

Trabajo de fuerza y equilibrio de piernas y ejercicios de equilibrio para prevenir la inestabilidad al caminar i estar de pie.

Fuerza y equilibrio 1: Miércoles y viernes, de 11 a 12 h

Fuerza y equilibrio 2: Lunes y miércoles, de 10 a 11 h

OTROS EQUIPAMIENTOS

Fuerza y equilibrio 3

Martes y jueves, de 9.30 a 10.30 h **NOVEDAD**

📍 Casal Gent Gran El Gall (Àngel Guimerà, 128)

TAICHÍ

GGGR1 viernes, de 11 a 12 h

GGGR2 viernes, de 12.15 a 13.15 h

📍 Centre Municipal Puig Coca (Petit Parc de l'Amistat, s/n)

MARCHA NÓRDICA. CICLO DE CAMINATAS

Consiste en caminar siguiendo una técnica concreta, basada en la adopción de una buena postura y la realización de una biomecánica correcta de caminar que incorpora el uso activo de unos palos específicos. Las personas que se inscriban tienen que estar acostumbradas a realizar actividad física de manera regular y ser capaces de mantener un mínimo esfuerzo físico de manera continuada.

Incluye cinco caminatas fuera del municipio compartidos con otros municipios.

Inscripciones y fechas a determinar



INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

Presenciales:

Complex Esportiu Les Moreres. Pça. de les Moreres s/n **NOVEDAD**

Punto de Atención a la Ciudadanía (PAC) Central, pl. Santa Magdalena, 24

Punto de Atención a la Ciudadanía (PAC) Can Vidalet, Rbla. Verge de la Mercè, 1

Horario:

de lunes a viernes, de 9 a 14h
Para más información, teléfono 900 300 082

Telematicas:

<http://inscripciones.esplugues.cat/WebEsplugues/>



Fechas: Del 16 al 20 de septiembre (todas las actividades)

INFORMACIÓN IMPORTANTE

LA RESERVA DE PLAZA NO SE HARÁ POR ORDEN DE INSCRIPCIÓN.

Si se supera el aforo se procederá a realizar un sorteo entre las personas inscritas. Se confirmará la inscripción vía SMS.

Cada persona se podrá inscribir a 2 actividades. Y, podrá inscribir como máximo a 2 personas más (imprescindible aportar DNI, sirve fotocopia o foto)

A partir del 4 de noviembre y durante todo el curso estarán abiertas las inscripciones a las actividades con plazas vacantes.



EN CLAVE DE IGUALDAD

RUNNING

Martes, de 19 a 20.30 h
Fechas: del 17 de septiembre al 10 diciembre de 2024
13 sesiones (4º trimestre de 2024). Precio: 20 €
Ponte en forma al aire libre en compañía de otras mujeres y con la guía de un entrenador personal.
Máximo 20 participantes
Fecha de inscripción 4º trimestre de 2024: 2-29 septiembre

TXI-KUNG

Viernes, de 9:30 a 10:30 h
Fechas: del 27 de septiembre al 13 de diciembre de 2024
10 sesiones (4º trimestre de 2024). Precio: 20 €
Para mujeres que desean equilibrar su energía, reducir el estrés y mejorar su bienestar. A través de movimientos suaves, respiración consciente y meditación. Trae ropa cómoda.
Máximo 15 participantes
Fecha de inscripción (4º trimestre de 2024): 2-29 septiembre

TALLER DE AJEDREZ

Jueves de 17.30 a 18.30 h
Fechas: del 26 de septiembre al 5 de diciembre de 2024
Sesiones: 10 sesiones (4º trimestre de 2024). Precio: 20 €
Espacio acogedor e inclusivo en el que mujeres de todas las edades pueden aprender, mejorar y disfrutar del ajedrez, un deporte para ejercitar la memoria la concentración y la resolución de problemas.
Máximo 10 participantes
Fecha de inscripción (4º trimestre de 2024): 2-29 septiembre

AMIGAS DEL AMIGURUMI

Martes de 10 a 12 h (2 veces al mes: 1º y 2º martes)
Fechas: del 1 de octubre al 10 de diciembre
Sesiones: 6 (4º trimestre de 2024). Precio: GRATUITO
Espacio de encuentro para compartir conocimientos sobre el Amigurumi, el arte japonés de crear simpáticas figuras y muñecos de ganchillo.
Máximo 10 participantes
Fecha de inscripción (4º trimestre de 2024): 2-29 septiembre

TARDE DE JUEGOS EN VIL-LA PEPITA

Cada 1er jueves de mes de 16 a 18 h
Fecha de inicio: jueves 3 de octubre. Precio: GRATUITO
¡Ven a disfrutar con los juegos de mesa de Vil-la Pepita! Juegos que desafían los estereotipos de género y fomentan la igualdad de género. Sin mínimo de edad, menores acompañados y acompañadas.
Sin inscripción previa

CÁPSULA DE BRICOLAJE I: TALLER DE MANTENIMIENTO BÁSICO DE BICICLETAS

Martes, de 17.30 a 19 h
Fechas: 1 y 8 de octubre de 2024.
2 sesiones. Precio: 6 €
Para mujeres que desean aprender a reparar y mantener sus bicicletas. Aprenderemos a solucionar problemas comunes y no se requiere experiencia previa. Lleve su bicicleta y ropa cómoda.
Máximo 15 participantes
Fecha de inscripción: 2-29 septiembre de 2024

CÁPSULA DE BRICOLAJE II: PEQUEÑAS REPARACIONES DOMÉSTICAS

Martes de 17:30 a 19 h
Fechas: 18 y 25 de febrero de 2025. Sesiones: 2. Precio: 6 €
Aprende habilidades básicas para realizar el mantenimiento y pequeñas reparaciones en casa, en un ambiente de apoyo y empoderamiento femenino.
Máximo 15 participantes
Fecha de inscripción 1r trimestre de 2025: 7-31 de enero de 2025

CÁPSULA DE BRICOLAJE III: VEN A PLANTAR FLORES AL CIRD

Martes de 10 a 12 h
Fecha: 22 y 29 de abril de 2025
Sesiones: 2. Precio: GRATUITO
¡Ven a celebrar la primavera plantando flores en las jardineras de la fachada de Vil·la Pepita! Embellece la casa de las mujeres de Esplugues con creatividad y color. Máximo 15 participantes
Fecha de inscripción 2º trimestre de 2025: 3 - 24 de marzo de 2025

CLUB DE LECTURA FEMINISTA

Con la colaboración de la Associació de Dones Escriptors d'Esplugues (ADEE)
Jueves de 18.30 a 20 h
Sesiones: 3. Precio: GRATUITO
Fechas:

21 de noviembre: "Persépolis" de Marjane Satrapi. Con la participación de Anahita Nassir, politóloga y activista catalana-iraní.
Inscripciones hasta el 14/10/24.

Recogida de libros en la Biblioteca Padre Miquel de Esplugues hasta el 21/10/2024

18 de marzo: "Temps i cendres" de Pilar Simó, obra ganadora de la última edición del Premio Literario Delta, de Narrativa escrita por mujeres. Con la participación de la escritora Pilar Simó.

Inscripciones hasta el 12/02/25
Recogida de ejemplar de regalo en el CIRD Vil·la Pepita hasta el 18/02/2025

5 de junio: "Una dulce canción" de Leïla Slimani
Inscripciones hasta el 29/04/25

Recogida de libros en la Biblioteca Padre Miquel de Esplugues hasta el 05/05/2025
Comparte ideas, opina, descubre nuevas perspectivas y disfruta de lecturas inspiradoras y empoderadoras en compañía de otras mujeres.
Máximo 15 participantes

INSCRIPCIONES

En los talleres de pago:
Puedes formalizar tu inscripción en los talleres de las siguientes formas:

- **De manera presencial:**
Dirígete al Punto de Atención Ciudadana (PAC), pl. Santa Magdalena, 24 o en Can Vidalet (rbla. Virgen de la Merced, 1). El horario de atención es de lunes a jueves, de 8.30 ha 14.30 h y de 16 ha 18.30 h, y viernes, de 8.30 ha 14 h.
- **En línea:** También puedes inscribirte a través de la web del Ayuntamiento, o en el siguiente enlace:



En las actividades y espacios de encuentro gratuitos:

Pots inscriure't a les activitats presencialment al CIRD Vil·la Pepita o mitjançant el formulari disponible en línia.



Observaciones:

- Los talleres tienen un coste de 2€/hora, con un importe máximo de 20€ por taller y trimestre.
- El taller puede anularse si no se alcanza el mínimo de participantes.
- Una vez confirmado el taller, el importe no será reembolsable.
- En caso de ausencia no justificada, la organización se reserva el derecho a cubrir la plaza mediante la lista de espera.

Lugar de realización de los talleres, actividades y espacios de encuentro: CIRD Vil·la Pepita, C/ Sant F. Xavier, 1
dones@esplugues.cat
tel 93 371 33 50

Horari: de lunes a viernes, de 10 a 13 h, martes, de 16 a 18h



VIVE EL PATRIMONIO

MUSEOS Y ARCHIVO

Ven a descubrir el arte de la cerámica y el patrimonio cultural de Esplugues. Con el nombre de Museus d'Esplugues de Llobregat, podrás descubrir dos museos: Can Tinturé y La Rajoleta, con la cerámica como hilo conductor. Los museos recogen y actualizan la tradición ceramista de la ciudad de Esplugues con una programación de visitas guiadas, exposiciones temporales y actividades.

ACTIVIDADES

Los Museus de Esplugues ofrecen regularmente una programación completa de actividades para todo tipo de públicos que incluye:

- **Exposiciones temporales**
- **Talleres**
- **Itinerarios**
- **Conferencias**
- **Actividades familiares**
- **Visitas teatralizadas**
- **Actividades de Memoria democrática**
- **Etc.**

Consulta la programación en la web de los museos (museus.esplugues.cat)

VISITAS A LOS MUSEOS

VISITA LIBRE AL MUSEO CAN TINTURÉ

Visita al único museo monográfico dedicado al azulejo seriado, descubre la programación de exposiciones temporales, y disfruta de las propuestas del espacio familiar del museo. Acceso libre.

Horario:

De martes a viernes,
de 17 a 20 h

Sábados,
de 10 a 14 h y de 17 a 20 h,
Domingos y festivos,
de 10 a 14 h.

Cerrado todos los lunes, agosto y los días 24, 25, 26 y 31 de diciembre de 2024, y 1 y 6 de enero de 2025.

Precio: 3 euros.

INFORMACIÓN Y RESERVAS



VISITAS GUIADAS A CAN TINTURÉ Y LA RAJOLETA

La visita a **Can Tinturé** nos propone un recorrido cronológico siguiendo la evolución del azulejo seriado, desde el siglo XIV hasta el siglo XIX. Y en **La Rajoleta** descubriremos un museo que recupera la memoria de la fábrica de cerámica Pujol i Bausis que durante el Modernismo adquirió un papel de muy destacado, y visitaremos los impresionantes hornos que todavía se conservan.

También se ofrecen visitas guiadas a las exposiciones temporales del Museu Can Tinturé.

Los domingos, excepto el último domingo de cada mes (agosto cerrado).

La Rajoleta (11 h), Can Tinturé (12 h) y exposición temporal (13 h).

Punto de encuentro: Museu Can Tinturé.

Precio: a partir de 3 euros.
Inscripción previa recomendada.

RUTA 'DE LA MÀ D'ESPLUGUES'

Recorrido por el centro histórico de la ciudad, descubriendo pequeños tesoros escondidos y acercándonos a su historia. El itinerario señala 16 rincones emblemáticos del centro histórico de Esplugues, y puede realizarse de forma autónoma a través de códigos QR, o en formato de itinerario guiado.

Itinerario guiado: Último domingo de mes excepto agosto y diciembre.

Horario: 10.30 h

Punto de encuentro: Museu Can Tinturé.

Precio: 3 €

Inscripción previa.

VISITA EL ARCHIVO MUNICIPAL DE ESPLUGUES

Visitas guiadas: solicitar concertación en el 93 371 33 50 ext. 3451/3452 (mañanas).
Horario de atención: de lunes a viernes, de 9 a 14 h (agosto cerrado).

MEL. Museus d'Esplugues de Llobregat

Can Tinturé i La Rajoleta
C. de l'Església, 36.
Tel. 93 470 02 18
museus@esplugues.cat
museus.esplugues.cat

Arxiu Municipal d'Esplugues de Llobregat

Casal de Cultura Robert Brillas.
C. Àngel Guimerà, 38, 1r pis
Tel. 93 371 33 50
ext. 3451/3452

FB: MuseusdEsplugues
TW: @MuseusEsplugues

INST: @museus_esplugues
Youtube: Museus d'Esplugues



ENTIDADES QUE EDUCAN EN EL OCIO

(Textos elaborados por las propias entidades)

B Actividades becables
Más info en la p.36

GRUP D'ESPLAI ESPURNES

C. Bruc, 40, baixos
Tel. 93 372 06 06
www.esplaiespurnes.org
espurnesinfo@fundesplai.org
Horario de secretaría:
de lunes a viernes,
de 16 a 19 h

'ESPLAI' DIARI

Espacios de juego y relación. **B**
Nuestra metodología pone al niño en el centro de la acción educativa, adaptándose a su ritmo y promocionando aspectos como la autonomía, la creatividad... Recogemos a los niños en las escuelas Folch y Torres, Gras i Soler, Prat de la Riba e Isidre Martí a las 16.30 h, seguidamente ofrecemos un espacio de juego y merienda hasta las 17.30h. A partir de esta hora ofrecemos la siguiente propuesta de actividades:

Experimentación y descubrimiento

Los ambientes son espacios en los que el niño puede experimentar de forma autónoma y se fomenta así su autonomía y su creatividad.

Expresión corporal a través del juego

Jocs i cançons són el fil conductor dels martes. El cos i la veu com a mitjà d'expressió individual i grupal.

Rincones de juego simbólico

Juegos y canciones son el hilo conductor de los martes. El cuerpo y la voz como medio de expresión individual y grupal..

Literatura y cuentos

Sentamos todos juntos y leemos un cuento que nos haga viajar a mundos lejanos, aventuras, monstruos, enigmas... Recuperamos el gusto por la lectura y los libros.

Juegos y ludoteca

Pregunta a un niño una de sus aficiones favoritas. Seguro que el juego estará en su lista. Juegos de mesa, patio, disfraces, construcciones, etc. Los viernes son el día para disfrutar y aprender jugando.

SÁBADOS **B**

Cada sábado nos encontramos con nuestros compañeros/as, disfrutamos de un montón de actividades como talleres, gincanas, excursiones..., estructuradas en torno a un centro de interés o temática educativa.

Además, en vacaciones de invierno y primavera marchamos de colonias a disfrutar de la naturaleza y de nuestros compañeros y monitoras.

Nos organizamos en varios grupos:

Pol.lioth (P3 a 1º).

Sírius (2º a 4º).

Iris (5º a 6º).

Orió (1º ESO a 3º ESO).

Joves (4º ESO a 2º Bachillerato).

Horario: Sábados, de 10:30 a 13.30 h.

* Grupos de edades sujetas a posibles cambios

ESPACIO FAMILIAR

Actividad orientada a las familias y niños menores de 5 años.

Es un espacio de juego y relación, donde los niños pueden explorar y relacionarse entre ellos y con los adultos, y las familias pueden compartir su experiencia de crianza y educación de sus hijos e hijas.

Su finalidad es incidir en la mejora de la calidad de vida de los niños, promover sus derechos y velar por sus necesidades por medio de unos espacios de encuentro entre las familias y los niños, mediante la intervención de profesionales expertos.

Horario: de lunes a miércoles, de 17 a 19 h.

ESPLUGA VIVA

AGRUPAMIENTO ESCOLTA

Niños/as y jóvenes de 5 a 18 años

El Agrupament Escolta Espluga Viva es una entidad educativa en el tiempo libre que basa su método en el escultismo laico.

Está formado por cinco unidades, en función de la edad: Follets, de 5 a 8 años; Llops, de 9 a 11 años; Raiers, de 12 a 14; Pioners, de 15 a 17, i Claners, de 18 años.

La actividad básica es el Cau de los sábados, de 5 a 7.30 de la tarde. La actividad se complementa y enriquece con el contacto directo con la naturaleza a partir de una excursión mensual de fin de semana y los campamentos de verano y Semana Santa.

LA RAUXA DE L'ESPLUGA VIVA

La Rauxa de l'Espluga Viva es un proyecto que quiere ofrecer a niños y familias un espacio de tarde de calidad basado en el acompañamiento respetuoso y donde cada individuo sea tratado como un ser único, por eso apostamos por ofrecer una diversidad de propuestas que pueda acoger las distintas necesidades y motivaciones.

GRUP DE RECOLZAMENT A LA LACTÀNCIA MATERNA

Todos los lunes, de 16 a 17.30 h. Acompaña a Ruth Martin IBCLC, enfermera de pediatría y psicóloga perinatal.

ESPACIO DE JUEGO Y RELACIÓN (PARA FAMILIAS CON NIÑOS DE 2 A 6 AÑOS)

Espacio de juego en el que las criaturas pueden satisfacer sus necesidades de exploración, movimiento libre y expresión, descubriendo espacios y materiales de calidad en un entorno seguro.

Las adultas encontraremos momentos para compartir inquietudes, experiencias y conocimiento sobre crianza desde una mirada respetuosa, con profesionales de la educación y el acompañamiento en la primera infancia.

Cada jueves las criaturas y familias gozarán de una propuesta-taller diferente.

Pasta de sal, laboratorio, minimones etc...

Jueves, de 17 a 18.15 h

ESPACIO DE CREACIÓN: ¡CREA, HAZ Y DESHAZ!

El objetivo primordial del taller es experimentar y oír a partir de las propias creaciones artísticas sin buscar los cánones establecidos.

Consideramos la belleza de la obra como un proceso que cada niño realiza en el momento de su participación e implicación.

Sentir, percibir, comprender y conectar con uno mismo nos acompañarán en este espacio individual y al mismo tiempo colectivo.

Martes, de 17 a 18:30 h, para niños de 5 a 8 años.

ACTIVIDADES Y SERVICIOS PARA JÓVENES Y ADULTOS

AULA DE GRALLA

Proyecto formativo creado por TiC-Espluga Viva para dotar a los colectivos de músicos vinculados a eventos de cultura tradicional y popular (entremeses, pasacalles, bailes de plaza...) de las herramientas necesarias para formarse musicalmente como *grallers*. Se proporciona una formación que garantiza su calidad como músicos y el conocimiento del contexto en el que se mueven. Horas a concertar.

MÚSICA

Todos los estilos, guitarra clásica y eléctrica, contrabajo y bajo eléctrico. Horas a concertar.

TALLERES DE MARCHA NÓRDICA

La marcha nórdica es una de las actividades más saludables y de menor impacto que hay actualmente. Se recomienda en multitud de trastornos, situaciones... y su ámbito de actuación cada día va en aumento. Martes, de 10h a 11:30h.

Miércoles y jueves, de 19 a 20.30 h.

XERREM

Encuentros de conversación en catalán por personas que entienden y hablan el catalán, pero quieren ganar fluidez. Organiza CAL. Jueves, de 17:30 a 19 h.

PATI BLAU

Espacio de tertulia literaria donde se habla de literatura y se presentan libros escritos en catalán por mujeres de los Països Catalans. Los últimos jueves de cada mes, excepto agosto y diciembre.

DIÀLEGS SOTA LA SORRA

Espacio de encuentro y conocimiento de los diferentes conflictos que existen en el mundo, para conocerlos y sensibilizar sobre su situación y necesidades. Actividad mensual.

CLUB D'ESPLAI PUBILLA CASES CAN VIDALET

Pl. de la Bòbila, 1
Tel. 93 438 48 96
esplaiubilla@fundesplai.org
Horario de secretaría:
de Dl a Vi, de 16 a 19 h;
Dt i Ju, de 10 a 13 h

El Club d'Esplai Pubilla Cases Can Vidalet es una entidad con más de 40 años de historia dedicada a la infancia, la juventud y la mejora de la convivencia de los Barrios de Pubilla Casas de L'Hospitalet y Can Vidalet d'Esplugues de Llobregat.

Es un espacio de vida comunitaria donde pequeños, jóvenes y grandes conviven sin exclusiones y que da apoyo a las familias y sus hijos para conciliar la vida laboral, escolar y familiar.

Un espacio para hacer amigos y aprender a ser mejores padres/madres, hijos y hijas, hermanos/as, compañeros/as y ciudadanos y ciudadanas.

ESPLAI DE DIARIO Y SÁBADO

El Esplai de diario es un espacio de juegos y de relación después de la escuela con el objetivo principal de disfrutar de un tiempo libre de calidad. A partir de las 16:30 realizamos recogida a niños y niñas de las escuelas Joan Maragall, Can Vidalet, Utmar y Matilde Orduña, y compartimos un espacio de encuentro donde merendar y disfrutar de diferentes espacios de juego hasta las 17.45 h. A partir de esta hora, hacemos diferentes

actividades organizados por secciones y grupos.

Nuestras secciones son: La sección de pequeños de 0 a 8 años, sección de medianos de 9 a 12 años, el Casal Jove El Drac de 13 a 17 años y la sección de jóvenes a partir de 16 años y adultos con diversidad funcional.

Las actividades de diario están organizadas por ámbitos, cada uno de estos agrupa un conjunto de actividades que se trabajan de manera diversa a lo largo del curso, dando sentido a el trabajo educativo y los valores del Esplai.

Los diferentes ámbitos que trabajamos durante el curso son: arte, exprésate, actívate, comunicación, música y ritmos, tradiciones, hacemos grupo (actividades de sábado), juegos, hábitos saludables, experimentamos y acompañamiento escolar.

El Esplai de sábado es un espacio de grupo en el que los sábados por la mañana disfrutamos de las actividades propuestas por los participantes. Además, realizamos salidas culturales y excursiones a la naturaleza.

PROYECTO DE FAMILIAS

Es un espacio dirigido a las familias de la entidad en donde poder compartir con otras familias estando acompañadas por las profesionales de la entidad. En estos espacios compartirán ratos de cuidado, realizaran talleres propuestos por ellas, y también realizaran salidas y excursiones a lo largo del curso.

ESPACIO FAMILIAR

Es un espacio de juego y relación, orientado a familias y sus hijos e hijas menores de tres años, en el que los niños y niñas pueden explorar y relacionarse entre ellos y con los adultos, y donde las familias pueden compartir su experiencia de crianza y educación, de sus hijos e hijas. Su finalidad es mejorar la calidad de vida de los niños y niñas, promoviendo sus derechos y velando para sus necesidades por medio de unos espacios de encuentro entre las familias y los hijos/as mediante la intervención de profesionales expertos.

CENTRO ABIERTO

Espacio donde se realiza un trabajo socioeducativo e inclusivo durante el tiempo de ocio de los niños, las niñas y los jóvenes, atendiendo especialmente a las situaciones de riesgo social.

PUNT OMNIA

Es un proyecto dirigido a jóvenes y adultos que contribuye a reducir la brecha digital a través de capsulas formativas, salidas culturales, talleres comunitarios y espacios de aula abierta con conexión wifi. Gratuito.

COLLA DE DIABLOS TOC DE FOC DE LA BÒBILA

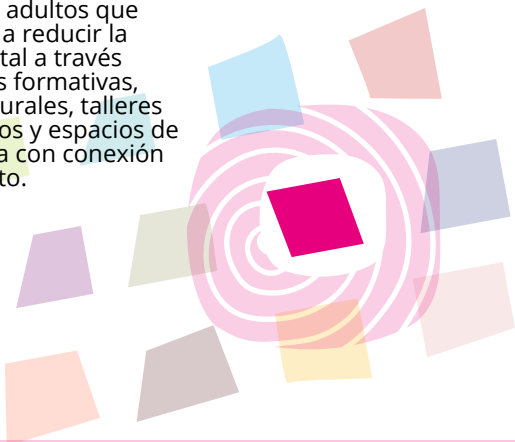
Un espacio para conocer y compartir la cultura popular catalana a través de la tradición del fuego y de la música de los tambores.

PROYECTOS DE APS

Son proyectos educativos con una clara utilidad social, donde los niños, niñas y jóvenes reciben una doble experiencia. Una formación específica de iniciación al voluntariado y un periodo de participación y compromiso con la comunidad el barrio.

ACTIVIDADES DE VACACIONES

Se realizan durante las vacaciones de Semana Santa, verano e invierno. Las actividades que hacemos son casales de verano, colonias, campamentos y rutas para todas las personas participantes del proyecto.





LA FORMACIÓN, SIEMPRE CONTINUA

CENTRE DE FORMACIÓ D'ADULTS EUGENI D'ORS

C. Cedres, 38 1r pis
Tel. 93 371 98 99
a8061993@xtec.cat

NIVELES EDUCATIVOS

Alfabetización, neolectores, graduado escolar en secundaria, preparación pruebas de acceso a ciclos formativos de grado medio y superior, acceso a universidad para mayores de 25 años, español para extranjeros, catalán acogida e inicial, iniciación al inglés y INFORMÁTICA.





CUESTIÓN DE LENGUAS

SERVEI LOCAL DE CATALÀ D'ESPLUGUES

Centre Municipal Puig Coca
Petit Parc de l'Amistat, s/n
Tel. 93 372 04 16
www.cpnl.cat
esplugues@cpnl.cat

- Niveles básicos gratuitos
- Cursos presenciales, semipresenciales o en línea
- Certificados oficiales equivalentes a los de la Generalitat i del MECR

ESCOLA OFICIAL D'IDIOMES

C/ Laureà Miró, 63
Tel. 93 470 50 40
www.eoiesplugues.com
a80544@xtec.cat

IDIOMAS

INGLÉS, FRANCÉS, ALEMÁN E ITALIANO

Horarios y precios: consultar página web en septiembre

PRUEBAS DE COLOCACIÓN

En línea en inscripciones.cpnl.cat
Presencialmente,
con cita prèvia.
Del 5 al 9 de setembre.

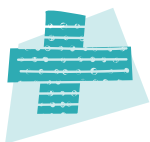
INSCRIPCIONES

En línea en cpnl.cat/inscripciones/
Presencialment,e
con cita prèvia

Alumnos de último año:
12 y 13 de septiembre

Inicio de los cursos:
22 y 26 de septiembre





SERVICIO DE BIBLIOTECA

BIBLIOTECA PARE MIQUEL D'ESPLUGUES

C. Àngel Guimerà, 106-108
Tel. 93 371 91 19

Horario

De lunes a viernes,
de 15.30 a 20.30 h.
Martes, viernes y sábado, de
10 a 13.30 h.

Horario de verano

Del 15 de junio al 21 de
septiembre cierra el sábado
Del 1 al 16 de agosto,
cerrado.

BIBLIOTECA LA BÒBILA

Plaça de la Bòbila, 1
Tel. 93 403 26 55

Horario

De lunes a viernes,
de 15.30 a 20.30 h.
Miércoles, jueves y sábado,
de 10 a 13.30 h.

Horari d'estiu

Del 26 de junio al 12 de
septiembre: de lunes a jueves
de 15:30 a 20:30 h. y viernes de
9 a 14 h.
Del 1 de julio al 16 de
septiembre cierra el sábado

ACTIVIDADES*

- L'Hora del Conte
- 'Contes menuts'
- Cuentos inclusivos
- Laboratorios de lectura (Pare Miquel d'Esplugues)
- 'Debat a bat', por adolescentes (Pare Miquel d'Esplugues)
- Encuentros con autores
- Presentaciones de libros
- Bibliolabs
- Talleres de manualidades
- Clubes de lectura generales
- Club de lectura de novela negra
- Club de lectura en inglés (Pare Miquel d'Esplugues)
- Club de fácil lectura en catalán (la Bòbila)
- Club de lectura virtual de novela juvenil
- Club de lectura en voz alta infantil (la Bòbila)
- Club de cómic infantil (la Bòbila)
- Club de cómic para jóvenes (la Bòbila)
- Discoforum (Pare Miquel d'Esplugues)
- Taller de escritura creativa (la Bòbila)
- Proyecciones de cine
- Recitales de poesía
- Conferencias, charlas y mesas redondas
- Premio literario L'Hospitalet Confidencial (la Bòbila)
- Club de conversación en catalán
- Club de conversación en inglés
- Club de conversación en francés
- Club de lectura 'En bona companyia', intergeneracional (la Bòbila)
- Crianza positiva, para familias con bebés (la Bòbila)
- Exposiciones
- Aulas de estudio en épocas de exámenes (la Bòbila)
- Proyecto Educacots: lotes para los clubs de lectura de las escuelas (la Bòbila)

*Las actividades de las bibliotecas son gratuitas. Para algunas actividades es necesaria inscripción previa.



LAS ENTIDADES TE ABREN LAS PUERTAS

L'AVENÇ CENTRE DE CULTURA

Talleres escuela de teatro infantil, taller de teatro de adulto, clases de pilates, clases de zumba, clases de yogalates, clases de Strong Nation, inicio y perfeccionamiento de sevillanas, escuela de sardanas, talleres de canto, escuela de tenis de mesa.

Inscripciones a partir del 17 de junio.

C. Àngel Guimerà, 27-29

Tel. 93 513 54 45

Secretaria de lunes a viernes, de 16.30 a 19.30 h

centre@avencesplugues.cat

Más información: www.avencesplugues.cat

CENTRO CULTURAL ANDALUZ PLAZA MACAEL

Coro rociero, baile andaluz, chirigotas o comparsas, guitarra, cajón, zumba fusión y jumping

Plaça Macael, 4

Tel. 93 372 51 01

ccplazamacael@gmail.com

ASOCIACIÓN CULTURAL ANDALUZA DE ESPLUGUES (ACAE)

Manualidades, baile, flamenco y guitarra

C. Josep Anselm Clavé, 90

Tel. 608867204

ACAEEsplugues@gmail.com

ASOCIACIÓN DE VECINOS LA PLANA

Clases de inglés para pequeños, bienestar emocional, taichí, yoga y baile.

C. Dr. Manuel Riera, 93
Tel. 93 473 63 41
avlaplana@esplugues.org

ASOCIACIÓN DE VECINOS DE CAN VIDALET

Clases de guitarra, manualidades, pintura y aula de estudio.

Edifici Cadí,
c. Verge de la Mercè, 57
Tel. 93 371 02 66
avcanvidalet@yahoo.es

ASOCIACIÓN DE VECINOS DISTRICTE PRIMER – BARRI CENTRE

Clases de manualidades, pintura, meditación y costura creativa.

C. Àngel Guimerà, 43
Para más información, llamad al tel. 93 473 66 97 los martes, de
19 a 20 h, y en el correo aavvbarricentre43@gmail.com





AYUDAS

PARA ACTIVIDADES CULTURALES, FÍSICAS Y DE OCIO PARA NIÑOS/AS Y PERSONAS ADULTAS DURANTE EL CURSO ESCOLAR

Plazo de presentación

del 9 de septiembre al 31 de octubre de 2024

Requisitos generales:

- Empadronamiento vigente en Esplugues de Llobregat, como mínimo 1 año de forma ininterrumpida, desde el día 9 de septiembre de 2023.
- Formalizar la inscripción a la actividad para la que se solicita la ayuda.
- No tener tributos, deudas ni sanciones pendientes con el Ayuntamiento de Esplugues, Hacienda, Seguridad Social ni con la entidad o centro en el que se realiza la actividad.
- Encontrarse dentro de los baremos económicos establecidos:

Renta por cápita anual*	Menores de 18 años	A partir de 18 años
Hasta 3.174,44	90% del coste del servicio	65% del coste del servicio
De 3.174,45 € a 4.081,42 €	65% del coste del servicio	65% del coste del servicio
De 4.081,43 € a 4.988,41 €	40% del coste del servicio	40% del coste del servicio
De 4.988,42 € a 5.895,39 €	25% del coste del servicio	25% del coste del servicio
Més de 5.895,40 €	0% del coste del servicio	0% del coste del servicio

(*) Ingresos de la unidad familiar - gastos de alquiler o hipoteca de la vivienda habitual / número de personas de la unidad familiar

PARA MÁS INFORMACIÓN Y PRESENTACIÓN DE SOLICITUDES

VIA TELEMÁTICA

www.esplugues.cat/beques-per-a-les-families/

PRESENCIAL

Solicitando cita previa en el Punto de Atención a la ciudadanía:

Tel: 900 300 082

<https://citaprevia.ubintia.com/esplugues/>

