



DINAMITZACIONS JUVENILS (12-18 ANYS)



⦿ Dijous 25, de 18 a 19 h
Espai Jove Remolí

Taller de Risoteràpia

Saps com de beneficiós és el riure? Vine a passar una bona estona i a oblidar-te de la resta de problemes amb aquesta dinamització! Et petaràs de riure! Dinàmica adreçada a joves de 12 a 18 anys.



⦿ Dijous 11, de 18 a 19h
Espai Jove Remolí

Origami de St. Jordi

Coneixes la quantitat de figures d'origami que es poden fer? Vine a descobrir com fer el teu propi drac de St. Jordi. Dinàmica adreçada a joves de 12 a 18 anys.

Espai Jove Remolí

Pl. Blas Infante s/n • Tel. 93 372 97 06
jove.remoli@esplugues.cat
De dilluns a divendres, de 17.15 a 21 h



ESPLUJOVE DE TARDA

⦿ Dimarts 30, de 18.30 a 20 h
Espai Jove Remolí

Autodefensa

Taller d'autodefensa en que es treballaran diferents tècniques i moviments útils a l'hora d'afrontar situacions de risc. Adreçat a joves de 16 a 35 anys. Taller gratuït. Cal reservar plaça(*)



⦿ Dimarts 23, de 18.30 a 20.30 h
Espai Jove Remolí

Pa i pastís de St. Jordi

En aquestes dates no podia faltar un taller gastronòmic per aprendre a fer el teu propi pa o pastís de St. Jordi. Adreçat a joves de 16 a 35 anys. Taller gratuït. Cal reservar plaça(*)

L'Espai Jove Remolí i l'Oficina Jove d'Emancipació romandran tancats del 15 al 22 d'abril.



esplujove@esplugues.cat

www.esplujove.net

ESPLUJOVE DE TARDA

(12-18 ANYS)



⦿ Dimecres 10, de 18 a 19.30 h
Espai Jove Remolí

Tatuatges de Henna

La henna (de l'idioma àrab) és un tint natural de color vermellós que s'empra en una tècnica de coloració de la pell anomenada mehndi. Taller gratuït, adreçat a joves de 12 a 18 anys.

ESPLUJOVE NIT



⦿ Divendres 26, de 21 a 23 h
Espai Jove Remolí

Cuina escocesa

La gastronomia escocesa és molt semblant a la cuina anglesa, però té característiques i receptes pròpies. Molts dels seus plats típics reben influències de terres estrangeres, com la francesa, així com de pobles del passat. Adreçat a joves de 16 a 35 anys. Taller gratuït. Cal reservar plaça(*)

(*) Per formalitzar la inscripció a les activitats pots fer-ho on-line al web www.esplujove.net, trucant al 93 372 97 06 (de dl. a dv. de 17.15 a 21 h) o enviant un correu electrònic a jove.remoli@esplugues.cat indicant el taller, nom i cognoms, edat i telèfon.



⦿ Dimarts 9, de 19 a 20.30 h
Espai Jove Remolí

Aprèn a fer un CV atractiu

Vols tenir un CV atractiu per poder-te donar a conèixer a les entrevistes de feina? Vols que el teu CV contingui la màxima informació possible però que estigui ben ordenat? Vine al taller 'Aprèn a fer un CV atractiu' i aprendràs a dissenyar el teu CV personal de manera senzilla i amb un resultat molt professional.



⦿ Dilluns 29, 19 a 20.30 h
Espai Jove Remolí

Aprèn a fer un treball de 10

Tens una entrega important i et preocupas que el teu professor o professora no valori la teva feina a causa d'un mal disseny del treball? Vine al taller 'Aprèn a fer un treball de 10' i aprendràs quines eines pots utilitzar en el Word i què has de tenir en compte a l'hora de fer un bon treball.

TIC SERVEIS

⦿ Durant tot el mes, de 19 a 20 h
Espai Jove Remolí

Support TIC i multimèdia

- **Ofimàtica:** tots els dilluns
 - **Curriculum creatiu:** els dimecres
 - **Suport a la creació digital:** divendres
- Per a algunes de les activitats el participant ha de portar el seu ordinador portàtil amb el programari instal·lat. Més informació al 93 372 97 06. No requereix inscripció prèvia. Dirigida a joves de 16 a 35 anys



Oficina Jove d'Emancipació

Casal de Cultura Robert Brillas
C. Angel Guimerà, 36 • ☎ 661 987 690
jove.emancipacio@esplugues.cat
De dilluns a divendres, de 17 a 20 h

(*) Per formalitzar la inscripció a les activitats pots fer-ho on-line al web www.esplujove.net, trucant al 661 987 690 (de dl. a dv. de 17 a 20 h) o enviant un c/e a jove.emancipacio@esplugues.cat indicant el taller, nom i cognoms, edat i telèfon



TALLER OCI JOVE

⦿ Dimecres 24, de 19.30 a 21.30 h
Oficina Jove d'Emancipació

Postre rus: Oladi

L'Oladi són unes postres tradicionals russes semblants a les creps, fetes a partir de farina, ous, sucre i llet. Tenen un gust diferent de les creps perquè se'ls afegeix soda o llevat a la massa. Adreçat a joves de 16 a 35 anys. Taller gratuït, cal reservar plaça(*)



TALLER FORMATIU JOVE

⦿ Dimarts 30, de 18 a 20 h
Oficina Jove d'Emancipació

Com fer un bon currículum? Destaca els teus punts forts!

Per diferenciar-nos de la resta de candidats hem de saber definir el nostre perfil i ressaltar les nostres competències. Vine a descobrir com mostrar el millor de tu al currículum. Adreçat a joves de 16 a 35 anys. Cal reservar plaça (*)

PUNT TEMÀTIC: Del Saló de l'Ensenyament a casa

⦿ Oficina Jove d'Emancipació
i Espai Jove Remolí

El Saló de l'Ensenyament és un gran expositor on es pot obtenir tota la informació necessària per orientar els joves en propostes d'estudis: batxillerats, graus universitaris, estudis superiors, complementaris, de formació professional, art i idiomes.

Trobareu tota la informació dels partits que disputin les entitats esportives locals, cada cap de setmana a l'apartat de "Esports-Competicions esportives-Partits cap de setmana" de l'Ajuntament d'Esplugues i més concretament al següent link: <http://www.esplugues.cat/ambits/temes/esports/competicions-esportives>

Segueix-nos a Twitter:
[@Esports_Esplugues](https://twitter.com/Esports_Esplugues)
[@espluguesesport](https://twitter.com/espluguesesport)



Els equipaments esportius que hi podeu trobar són el següents:

CEM Les Moreres
Poliesportiu Municipal de Can Vidalet

Camp Municipal d'Esports Salt del Pi
Camp Municipal de Futbol El Molí

ESPORTS

