

DEFENSA PERSONAL FEMENINA (+ DE 18 ANYS)

Catalunya Hapkido Associació i Disciplines Marcial - CHADM: catalunyahapkido.blogspot.com

18 juny // De 17 a 19 h // Centre Cultural Bellvitge-Gornal

VOLS APRENDRE A JUGAR A VOLEIBOL?

CEV L'Hospitalet Sud

Vine a aprendre a jugar a voleibol, de la forma més divertida, amb el club de la nostra ciutat!

Per a nens i nenes de 10 a 13 anys, nascuts entre el 2001 i el 2005.

12 i 13 de juliol // D'11 a 13 h // Poliesportiu Municipal les Planes

INICIACIÓ A L'EXCURSIONISME I L'ESCALADA (A PARTIR DE 16 ANYS)

Club Muntanyenc L'Hospitalet: www.cmhospitalet.org

Coneix els aspectes bàsics de l'escalada i com orientar-te a la muntanya. Estrenat al Rocòdrom, a la segona sessió del taller.

Primera sessió 1 de juliol // De 18 a 20.30 h // Seu del Club Muntanyenc L'Hospitalet i Rocòdrom del Poliesportiu Municipal del Centre

ACTIVITATS I FESTIVALS D'ESTIU

EXHIBICIÓ DE SLHAM POETRY

Torneig de poesia en directe de L'Hospitalet

Asociación Cultural Mecánica Planetaria. Colectivo Slham Poetry L'Hospitalet

Els millors *slhamers* que han participat a l'Slham Poetry i uns convidats especials, per a una nit de poesia a l'aire lliure.

26 de juny // 21 h // Jardins de Can Sumarro

OBSERVACIÓ ASTRONÒMICA I PROJECCIÓ EN 3D

Observació astronòmica amb telescopis i projecció del vídeo *Viatge pel Sistema Solar en 3D*.

17 de juliol // De 22 a 23.30 h // Jardins de la Biblioteca Can Sumarro

RTA EN BICI PEL DELTA DEL LLOBREGAT

Vine amb la teva bici per gaudir plegats d'una pedalada i conèixer la millor ruta per anar des de L'Hospitalet fins als espais naturals del Delta del riu Llobregat, amb el suport de la Unitat Ciclista de la Guàrdia Urbana de L'Hospitalet.

9 de juliol // 18 h // Can Riera

ENTREGA DE PREMIS DE LA GIMCANA FOTOGRÀFICA

Els responsables de la Gimcana fotogràfica Ciutat de L'Hospitalet lliuraran els premis als guanyadors i guanyadores. Voleu conèixer les fotografies guanyadores?

5 de juny // 20 h // Sala d'actes del Centre Cultural Metropolità Tecla Sala

TAI-TXI AL PARC

Unitat d'Esports

30 de juny; 1, 2 i 3 de juliol // Parc de Can Buxeres

7, 8, 9 i 10 de juliol // Parc de Bellvitge

14, 15, 16 i 17 de juliol // Parc de l'Alhambra

21, 22, 23 i 24 de juliol // Parc de la Marquesa

Els dilluns i dimecres, de 9.30 a 11 h; els dimarts i dijous, de 19.30 a 21 h

10È FESTIVAL D'ART DE CARRER. PER AMOR A L'HART

Associació Cultural Bipol-art: www.bipolart.org

Vine al desè aniversari del Festival d'Art multidisciplinari que guanya el carrer com a espai d'expressió cultural i artística.

3, 4 i 5 de juliol // 19 h // Plaça de l'Ajuntament i rambla de la Marina

12È FESTIVAL PETIT FORMAT

Depósito Legal

La música pren els jardins de Can Sumarro, el millor escenari per descobrir els grups amb més projecció del panorama musical independent.

10, 11 i 12 de juliol // 20 h // Jardins de la Biblioteca Can Sumarro

CAN CHILL OUT

Depósito Legal

Descobreix el millor espai per gaudir de les nits de juliol a l'aire lliure, amb discjòqueis punxant música ambient.

19, 20, 21, 26, 27, 28 i 29 de juny; 6, 9, 10, 11, 12, 13, 17, 18, 19 i 20 de juliol // 19 h // Jardins de la Biblioteca Can Sumarro

I aquest any CINEMATOTAL: Cinema d'estiu al Chill Out

29 de juny i 6, 13 i 20 de juliol a les 22 h

6È MERCAT DE MODA I DISSENY JOVE

El sisè mercat/mostra de moda i disseny de la ciutat on captar de primera mà les noves tendències i les propostes més innovadores.

Acompanyat de l'espai Can Chill Out

27 i 28 de juny // De 18 a 23 h // Jardins de la Biblioteca Can Sumarro

NIT DE L'ESTUDIANT I FINAL DEL CONCURS L'H TÉ TALENT

Associació d'Estudiants de L'Hospitalet: www.aelh.cat

La Nit dels Estudiants és una gala de fi de curs organitzada per l'Associació d'Estudiants de L'Hospitalet en què es fa el lliurament de premis als estudiants més destacats de l'any. També hi tenen lloc actuacions artístiques i musicals dels nostres estudiants a la Gran Final del concurs L'H Té Talent.

5 de juliol // 19 h // Teatre Joventut

AULES D'ESTUDI A L'ESTIU

Del 19 de maig al 6 de juliol, i del 25 d'agost al 7 de setembre (de dilluns a diumenge)

Auditori Barradas, de 10 a 24 h

Biblioteca la Bòbila: de 10 a 23 h

Biblioteca Josep Janés: de 10 a 22 h

Associació d'Estudiants de L'Hospitalet: aula de treball durant tot l'any, de dilluns a dijous, de 17.30 a 20.30 h

ADRECES D'INTERÈS

Oficina Jove d'Emancipació

Carrer del Llobregat, 127-141 (tocant al carrer del Montseny)

Centre Cultural Bellvitge-Gornal

Plaça de la Cultura, 1

Centre Cultural la Bòbila

Plaça de la Bòbila, 1

Centre Cultural Sant Josep

Avinguda d'Isabel la Catòlica, 32

Centre Cultural Metropolità Tecla Sala

Avinguda de Josep Tarradellas i Joan, 44-58

Centre Municipal de Creació Multimèdia. Torre Barrina

Carretera de Collblanc, 67 (Parc de la Marquesa)

Can Riera. Espai de Memòria de L'Hospitalet

Carrer de la Riera de l'Escoixador, 17

Poliesportiu Municipal les Planes

Carrer de Sant Rafael, 4

Jardins de la Biblioteca Can Sumarro

Carrer de Barcelona, tocant a la plaça de l'Escoixador

Associació Cultural Mediterrània

Plaça de la Bòbila, 1

Creu Roja de L'Hospitalet

Carrer de Miquel Peiró, 47

Depósito Legal

Carrer de Santa Anna, 14

Escola Frederic Mistral

Carrer de l'Arquitectura, 10-12

Club d'Escacs Jake

Carrer del Montseny, 29

Associació d'Estudiants de L'Hospitalet (AELH)

Carrer de Josep Prats, 60

ADRECES D'INTERÈS

Club Muntanyenc L'Hospitalet (AELH)

Carrer de la Reforma, 5, baixos

Centre Municipal la Florida. Ana Díaz Rico

Plaça dels Blocs de la Florida

Espai Brotes

Carrer del Bruc, 46

De Marie

Passeig de la Pau, 7

Teatre Joventut

Carrer de la Joventut, 2

Centre Cultural Santa Eulàlia

Carrer de Santa Eulàlia, 60

Salamandra 1

Avinguda del Carrilet, 235

JIS. Joves per la Igualtat i la Solidaritat

Ronda de la Torrassa, 105, 3a planta

Centre Cultural Claveles

Carrer de los Claveles, 2-4

Biblioteca Josep Janés

Carrer del Doctor Martí i Julià, 33

Centre Municipal de Lleure antic Cine Romero

Carrer de Montseny, 22



Oficina Jove d'Emancipació

www.joventutlh.cat

QUÈ ÉS L'OFICINA JOVE D'EMANCIPACIÓ

L'Oficina Jove d'Emancipació, ubicada a l'emblemàtic edifici de la Casa dels Cargols, és un servei de la Regidoria d'Esports i Joventut de l'Ajuntament de L'Hospitalet destinat a informar-vos, orientar-vos, assessorar-vos i formar-vos davant els dubtes i les necessitats que sorgeixen en els vostres projectes, o en les idees en matèria de participació i creació. Els àmbits de treball són els següents:

- Formació.
- Ocupació.
- Habitatge.
- Creixement personal, professional i social.
- Mobilitat internacional.
- Serveis generals.
- Participació, oci, cultura i creació.

De cada àmbit, se'n desplega tot un ventall de recursos i projectes que fan de l'Oficina un equipament exemplar i de referència. Les nostres activitats i els nostres serveis s'adrecen a diferents col·lectius: **Joves de 12 a 35 anys. Entitats i associacions locals i col·lectius de joves. Professionals que treballen amb joves.**

OFICINA JOVE D'EMANCIPACIÓ

Carrer del Llobregat, 127-141

(cantonada amb el carrer del Montseny)

Telèfon: 93 448 73 72

www.joventutlh.cat

XARXES SOCIALS

 [Facebook.com/Joventut.LH](https://www.facebook.com/Joventut.LH)

 @joventutlh

 #EstiuJoveLH

Dipòsit Legal: B.00000-2014



Treu-li suc, a l'estiu!



Amb l'estiu arriben el bon temps i les vacances, és a dir, temps lliure sobretot per al jovent. Hi ha temps per a tot, per descansar però també per aprofitar i realitzar alguna activitat formativa en els temes que ens interessin i que el ritme que portem durant la resta de l'any no ens ho permet.

És per això que cada any arriba puntual a la seva cita la programació Estiu jove que ens dona la possibilitat de gaudir de la ciutat amb diferents propostes que combinen oci i cultura. En l'apartat dels tallers trobareu de ben variats: manteniment de bicicletes, tai-txi, ball, música, castells, cuina, esports (voleibol, escalada, hoquei...), ganxet, circ... Com que sabem l'interès del jovent i la importància dels idiomes en el món actual, trobareu que algunes d'aquestes activitats es fan en anglès, àrab i italià, a més de tallers sobre diverses llengües.

També trobareu activitats de qualitat ja consolidades que són referents dins i fora del nostre municipi, com ara el Festival d'Art de Carrer de L'Hospitalet Per Amor a L'Hart, el festival Petit Format, l'espai Can Chill Out i el Mercat de Moda i Disseny Jove. A més, atès el bon resultat de la seva estrena l'any passat i el seu arrelament a la ciutat, aquest any torna a la programació, amb la intenció de quedar-s'hi, l'Slham Poetry.

Aquesta programació no seria possible sense el treball conjunt amb entitats i joves creatius de la ciutat, agraeixo la seva feina i la seva implicació.

No oblideu que hi ha un requisit per participar-hi: ser jove d'esperit. No us el podeu perdre!

Núria Marín i Martínez
Alcaldeessa de la ciutat

TALLERS D'ESTIU

Tots els tallers són gratuïts. Cal inscripció prèvia i presencial a l'Oficina Jove d'Emancipació.

PLAY BASKET AND LEARN ENGLISH

One meeting devoted to theoretical and practical basketball: instructions and video of 30 minutes and later 1:30h practice on the track.

Jornada teòrica i pràctica de bàsquet (xerrada i vídeo d'uns 30 min de durada), i 1 h i 30 min de pràctica a la pista.

6 de juny // De 18 a 20 h // Poliesportiu Municipal del Centre

CHILL OUT MEETING POINT

Let's relax, sitting on the grass, meeting new people, practicing English and listening to music.

Relaxem-nos en aquest espai enjardinat mentre conversem en anglès.

27 de juny // De 18 a 20 h // Jardins de la Biblioteca Can Sumarro

FESTIVAL MEETING POINT

Let's meet up with new and old friends and go together to the musical festival to listen to good music practicing English meanwhile.

Anem al festival Petit Format amb els amics de sempre o amb els nous que hi coneixerem, tot conversant entre nosaltres en anglès.

11 de juliol // De 18 a 20 h // Jardins de la Biblioteca Can Sumarro

ANGLÈS (CLASSES DE REPÀS)

Associació d'Estudiants de L'Hospitalet: aelh.cat

1, 3, 8 i 10 de juliol // De 17.30 a 18.30 h // Seu de l'Associació d'Estudiants de L'Hospitalet

ANGLÈS (GRUP DE CONVERSA)

Associació d'Estudiants de L'Hospitalet: aelh.cat

1, 3, 8 i 10 de juliol // De 18.30 a 19.30 h // Seu de l'Associació d'Estudiants de L'Hospitalet

ALEMANY (CURS D'INICIACIÓ)

Associació d'Estudiants de L'Hospitalet: aelh.cat

1, 3, 8 i 10 de juliol // De 19.30 a 20.30 h // Seu de l'Associació d'Estudiants de L'Hospitalet

SCOPRI L'ITALIA E LA SUA CUCINA!

Taller en què es fa un recorregut per algunes regions italianes per descobrir-ne els llocs més emblemàtics i per aprendre a cuinar les receptes de la regió. Tot en italià.

10, 12, 17 i 19 de juny // De 18.30 a 20 h // Centre Cultural Bellvitge

TAPES I MARIDATGE

De Marie. Descobreix i aprèn receptes de tapes i el seu maridatge.

2 i 9 de juliol // De 20 a 21 h // Espai De Marie Tapes - De Marie

CUINA PER A EMANCIPATS (+ DE 18 ANYS)

Asociación Gastronómica Come y Calla: www.facebook.com/amigoscomecalla

30 de juny; 7 i 14 de juliol // De 18.30 a 20.30 h // Centre Cultural Bellvitge-Gornal

EL LLUQUATGE I ELS GUSTOS DELS PLATS MARROQUINS. APRÈN ÀRAB MENTRE CUINES

Associació Cultural Mediterrània: www.asmediterranea.org

Aprèn nocions bàsiques d'àrab mentre elabores plats amb receptes de la cuina marroquina.

25, 26 i 27 de juny // De 18 a 19 h // Centre Cultural la Bòbila

FES-TE UN SUC (TALLER DE ZUMOLÀNDIA: PREPARACIÓ DE CÒCTELS SALUDABLES)

JIS. Joves per la Igualtat i la Solidaritat: www.joves.org

Taller en què, a més de preparar còctels saludables, reflexionarem sobre el consum responsable.

3 de juliol // De 19 a 21 h // JIS. Joves per la Igualtat i la Solidaritat

BUSCO FEINA A L'ESTRANGER I NO M'HI ENTENC, A INTERNET!

Activitat que consisteix en un exercici pràctic de cerca d'informació de qualitat a Internet aplicada a l'àmbit de la mobilitat laboral a l'estranger.

16 de juny // De 18.30 a 20 h // Escola Oficial d'Idiomes de L'Hospitalet

FER UN VOLUNTARIAT A L'ÀSIA, L'ÀFRICA O L'AMÈRICA LLATINA

Vols fer un voluntariat a l'Àsia, l'Àfrica o l'Amèrica Llatina, però no saps per on començar? En aquest taller, t'expliquem com fer-ho en aquests continents.

18 de juny // De 18.30 a 20 h // Escola Oficial d'Idiomes de L'Hospitalet

ENGANXA'T AL GANXET

Practicarem el ganxet des de la vessant més divertida i moderna: drapet (*trapillo*) i *amigurumi*.

17, 18 i 19 de juny // D'11.30 a 13 h // Jardins de l'Oficina Jove d'Emancipació

PERSONALITZACIÓ DE GORRES

Associació Cultural L'Hurbart: www.lhurbart.org

Personalitza la teva gorra! Aprèn a preparar-la i crea les teves lletres amb els acabats més originals.

28 de juny i 5 de juliol // D'11.30 a 13.30 h // Equipament municipal de la plaça d'Europa

INICIACIÓ AL CÒMIC I AL DIBUIX MANGA

Associació d'Estudiants de L'Hospitalet: aelh.cat

1, 3, 8 i 10 de juliol // De 18.30 a 19.30 h // Seu de l'Associació d'Estudiants de L'Hospitalet

TALLER DE CONTACT-IMPROVISACIÓ

Espai Brotes: www.espaibrotes.org

Per conèixer la tècnica de dansa *contact-improvisació* i ballar en directe, amb música en viu.

19 juliol // 18.30 h // Jardins de Can Sumarro

REFLEXOLOGIA PODAL PER A DONES

Espai Brotes: www.espaibrotes.org

Introducció a la tècnica de la reflexologia podal com a mètode terapèutic al nostre abast.

16, 17 i 18 de juliol // De 18 a 19.30 h // Espai Brotes (l'última sessió, als jardins de Can Sumarro)

MONÒLEGS DE SHAKESPEARE

Associació Cultural MalaVidaProdaxions

Taller per a aficionats al teatre en què es treballaran textos de Shakespeare.

Del 25 de juny a l'1 de juliol (5 sessions) // De 17 a 21 h // Centre Cultural Bellvitge-Gornal

INICIACIÓ AL POETRY SLAM

Associació Cultural Mecànica Planetària

Aprèn les tècniques de creació i interpretació del Poetry Slam des de l'escriptura del text fins a la presentació a l'escenari, davant del públic.

30 de juny; 1, 2 i 3 de juliol // De 17 a 18.30 h // Centre Cultural Sant Josep

TALLERS DE CIRC. PER AMOR A L'HART

Festival d'Art de Carrer Per Amor a L'Hart

Tallers de circ oberts a tothom a on convertirem el carrer en un circ.

26 de juny // De 18.30 a 20 h // Plaça dels Blocs de la Florida

27 de juny // De 18.30 a 20 h // Avinguda de Carmen Amaya (rotonda central)

VOLS APRENDRE A JUGAR A HOQUEI? (DE 12 A 16 ANYS)

Unitat d'Esports i Serveis Socials del Districte VI

25 de juny; 2, 9, 16 i 23 de juliol // De 18 a 19.30 h // Escola Mare de Déu de Bellvitge

VOLS APRENDRE A JUGAR A ESCACS?

Club d'Escacs Jake

Iniciació al joc d'escacs o perfeccionament.

5, 12, 19 i 26 de juny // De 19 a 21 h // Club d'Escacs JAKE

JORNADA DE JOC DE ROL ORGANITZAT: PATHFINDER

Associació Lúdica Necronomicon's: www.necronomicons.com

Partides de Pathfinder per a personatges de nivell 1-3.

26 de juliol // De 10 a 20.30 h // Centre Cultural Sant Josep (seu de l'Associació)

TERROR I ROL

Associació Lúdica Necronomicon's: www.necronomicons.com

Jornada de jocs de rol i taula del gènere de terror.

12 de juliol // De 10 a 22 h // Centre Cultural Sant Josep (seu de l'Associació)

STREET DANCE FESTIVAL. CLASSE MAGISTRAL

Associació Cultural Urban Empire

Sessió de perfeccionament de danses urbanes per a *B-boys* i *B-girls*.

11 i 12 de juny // De 18 a 21 h // Centre Municipal de Lleure Antic Cine Romero (Auditori)

VINE A BALLAR SALSA CUBANA

Associació Somnis L'Hospitalet: www.somnis.org

Introducció a la salsa cubana en parella i en roda de casino.

14 i 16 de juliol // De 19.30 a 20.30 h // Centre Cultural la Bòbila

INICIACIÓ A LA DANSA CONTEMPORÀNIA

Associació Cultural Bipol-art: www.bipolart.org

7, 8, 9 i 10 de juliol // De 19 a 20.30 h // Centre Cultural Sant Josep

COACH DE HIP-HOP. TALLER DE CREACIÓ DE CANÇONS DE RAP

Curs de composició de cançons de *rap* i cultura *hip-hop*, a càrrec de Dawizard.

14, 16 i 18 de juliol // D'11 a 14 h // Centre Cultural Santa Eulàlia

TALLER DE DJ - TURNTABLISM

Casa de la Música de L'Hospitalet

Introducció al *DJing*, tècniques bàsiques de mescla, *scratch* i tall, *beat juggling*, vinils i equips digitals amb el discjòquei Jum.

15 i 17 de juliol // De 18 a 20 h // Salamandra 1

TALLER DE PRODUCCIÓ AUDIOVISUAL I DISTRIBUCIÓ PER INTERNET

Festival Videolooking: www.videolookinglh.com

Taller d'iniciació a la producció audiovisual i de com distribuir el teu projecte a Internet de manera eficient.

8, 11, 15 i 18 de juliol // De 19 a 20.45 h // Sala d'actes del Centre Cultural Metropolità Tecla Sala

RETOCA LES TEVES IMATGES AMB PHOTOSHOP

Associació Cultural Mecànica Planetària

Taller en què explicarem el funcionament del Photoshop, en un nivell inicial, per retocar imatges i fer els propis cartells o muntatges fotogràfics.

5, 12 i 13 de juny // De 18 a 20.45 h // Torre Barrina

TALLER D'INICIACIÓ A LA BATERIA

Casa de la Música de L'Hospitalet

Taller en què aprendrem els ritmes bàsics de la bateria i els practicarem. Hi disposarem de dues bateries per posar en pràctica aquests ritmes.

7 i 9 de juliol // De 18 a 20 h // Salamandra 1

TALLER D'INICIACIÓ A LA DANSA FLAMENCA

Asociación Cultural Andaluza de L'Hospitalet

Introducció pràctica als diferents estils (*palos*) del flamenc, a càrrec dels professors Àngel Márquez i Ana Márquez

1 i 3 de juliol // D'11 a 12 h // Centre Cultural Claveles

TALLER D'INICIACIÓ A LA GUITARRA FLAMENCA

Hermandad Ntra. Sra del Rocío Rocieros de Carmona

Introducció pràctica a la guitarra flamenca, a càrrec d'Àlvaro Márquez, per a joves amb coneixements bàsics de guitarra que vulguin començar a conèixer el flamenc.

30 juny i 2 de juliol // D'11 a 12 h // Centre Cultural Claveles

TALLER DE CASTELLER

Castellers Colla Jove de L'Hospitalet: www.collajovelh.cat

Taller pràctic per a totes les edats d'iniciació al món casteller. Participa en la creació de castells.

10 i 17 de juny // De 20.30 a 23 h // Escola Frederic Mistral

JOVES DIABLES I JOVES GEGANTS

Tro. Entitats de Foc de L'Hospitalet

Coneix el món de les colles de diables i gegants de L'Hospitalet, vesteix-te de diable i aprèn com funciona un correfoc.

3 de juliol // De 17 a 21 h // Edifici Molí. Centre Cultural Metropolità Tecla Sala

CURS D'ATENCIÓ SANITÀRIA IMMEDIATA

Assemblea Local Creu Roja L'Hospitalet: www.creuroja.org

Per capacitar els alumnes o els participants a fer una primera assistència en cas d'emergència i/o urgència. Curs reconegut amb 3 crèdits de lliure elecció per a universitaris.

Del 30 de juny al 16 de juliol // De 10 a 14 h // Assemblea Local Creu Roja L'Hospitalet

PRIMERS AUXILIS A L'ESTIU

Assemblea Local Creu Roja L'Hospitalet: www.creuroja.org

18 de juliol // De 10 a 11.30 h // Assemblea Local Creu Roja L'Hospitalet

GAUDEIX DE LA TEVA BICI TOT L'ANY

Guàrdia Urbana de L'Hospitalet

Aprèn el manteniment bàsic de la bicicleta, aprèn rutes urbanes i escolta els consells pràctics per gaudir de la teva bici a la ciutat.

7 de juliol // De 19 a 21 h // Can Riera

CONSTRUEIX EL TEU AVIÓ I FES QUE S'ENVOLI! TALLER D'AEROMODELISME

Club Aeromodelisme Delta

Construïrem un petit aeromodel, farem que s'envoli i coneixerem la teoria en què es fonamenta el fet de volar.

12, 19 i 26 de juliol // De 10 a 14 h // 2a planta de l'Edifici Molí. Centre Cultural Metropolità Tecla Sala