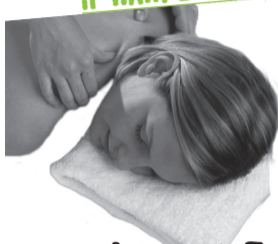


CENTRE DE RECURSOS JUVENILS CAN CARLETES

pij.st.c.cervello@diba.cat - www.joventutsantacoloma.cat

CENTRE DE RECURSOS JUVENILS
CAN CARLETES
per a joves de 15 a 30 anys

C/ Sant Jordi, 25 **Telefon: 93 634 18 26**
HORARI D'ESTIU: de dilluns a divendres de 17 a 21h
Servei d'Informació Juvenil POSA'T A PUNT
HORARI D'ESTIU: els diarts i els dijous de 17h00 a 20h

SALUT JOVE
seminari de relaxació i massatge
per a JOVES de 16 a 29 anys
Mòdul 1: Taller de massatge

 Aprèn tècniques de massatge corporal relaxant
 Dates: **Divendres 11 i 18 de juny** | Horari: **de 19h00 a 20h30**
 Preu: 6 € les dues sessions

Mòdul 2: Taller de relaxació

 Aprèn tècniques de respiració, relaxació corporal i meditació
 Dates: **Dimarts 15 i 22 de juny** | Horari: **de 19h15 a 20h45**
 Preu: 6 € les dues sessions
 A càrrec de Mònica Chavero. Terapeuta en massatge tradicional tailandès per l'escola Thai Massage School of Chiang Mai. És professora de Kundalini Yoga i de Hata Yoga.

PREU ESPECIAL PER A TOT EL SEMINARI (relaxació + massatge): 10 €
 Activitat subvencionada per la Regidoria de Joventut.
 Places limitades!!!! Inscripcions obertes al CRJ Can carletes.

AULA D'ESTUDI NOCTURNA
per a joves

L'Aula d'Estudi Nocturna s'adreça a joves a partir de 16 anys


BRI L'AVIA D'ESTUDI NOCTURNA
FINA AL 20 DE JUNY

 A la Biblioteca Pilarin Bayés
HORARI:
 De dilluns a divendres de 20h30 a 1 de la matinada.
 Dissabte i diumenge de 17 a 21h

JUNY 2010

dill	dm	dim	dj	dv	ds	dg
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

- Els caps de setmana de **17h00 a 21h00**
- De dilluns a divendres de **15h30 a 1 de la matinada**

(De dilluns a divendres la Biblioteca Pilarin Bayés obre a les tardes, i podreu fer ús continuat del servei de l'aula d'estudi de 15h30 a 1 de la matinada)

+ info al Centre de Recursos Juvenils Can Carletes | Sant Jordi, 25
 De dilluns a divendres de 17h a 21h | **Telèfon: 93 634 18 26**
 e-mail: pij.st.c.cervello@diba.cat - www.joventutsantacoloma.cat

RECORDA QUE LA BIBLIOTECA PILARIN BAYÉS DISPOSA D'ESPAI WIFI
busques feina?
SEMINARI D'OCCUPACIÓ I FORMACIÓ
per a JOVES
Diarts 8 i dijous 10 de juny de 19h30 a 20h30
 Al Centre de Recursos Juvenils Can Carletes

En aquest taller us oferirem eines i recursos que us ajudin a l'hora de buscar feina. També us parlarem de centres de formació i estudis.

Preu: Gratuït. Activitat subvencionada per la Regidoria de joventut.
 Cal confirmar assistència per telèfon o mail al CRJ Can Carletes

Llegir ens fa +lliures
Subscripcions a diaris i revistes per a joves de 18 anys

 Si fas 18 anys durant aquest any 2010 i vius a Catalunya, pots demanar una subscripció gratuïta a un diari o revista. Només has de fer la **sol·licitud entre l'1 i el 25 de juny**, i, a més de la subscripció, rebràs a casa una samarreta "18!18!"

+ informació i inscripcions a: www.gencat.cat/18 | Per telèfon al 012 Generalitat de Catalunya. Departament de Cultura i Mitjans de Comunicació.

... i al juliol torna l'ESTIU ACTIU

Cinema a la fresca, taller de percussió, nit jove al poliesportiu...