

# Xarxa Espais Joves

DESEMBRE

Activitats  
estables

AGENDA JOVE

## Espai Jove Can Rull

@espaijovecanrull

Carrer de sant Isidor, 51

722 14 40 89

### AULA D'ESTUDI

Espai per fer deures i estudiar  
De **dilluns a divendres** de 16:00 a 17:30 h  
Cal inscripció prèvia

### ESPAI PING PONG

Es podrà jugar a ping pong a l'Espai Jove  
**Dimecres i divendres** de 17:30 a 20:00h  
Cal inscripció prèvia

### BALL AUTOGESTIONAT

Espai perquè les joves puguin practicar  
coreografies i danses  
**Dijous** de 18:00 a 19:00 h  
Cal inscripció prèvia



### ESPAI DE TROBADA

Espai Jove obert  
De **dilluns a divendres** de 17:30 a 20:00h  
Cal inscripció prèvia

## Espai Jove Doctor Plans

@espaijove\_doctorplans

Carrer del Portal de la Floresta, 20

606 45 98 44

### ESPAI DE TROBADA

Espai participatiu per sentir-se a gust i conèixer gent amb:

- Zona de treball de grup amb connexió wifi: per estudiar, fer els deures i debatre
- Pista de jocs: ping pong, futbolí, bitllar, jocs de taula i torneigs
- Espai per relaxar-se, passar-s'ho bé, escoltar música i compartir
- Projector: proposa música o pel·lícules! Pots venir amb més amics



## Espai Jove Torre Romeu

@jovespandora

Carrer del Francolí, 11

600 91 05 78

### CUINA

Taller de cuina setmanal amb dos grups rotatius vinculat a l'elaboració de receptes culinàries i tallers alimentaris, així com al desenvolupament d'hàbits d'higiene, salut i nutrició per part dels i les joves  
**Dijous**, de 18:00 a 20:00 h  
Cal inscripció prèvia

### REFORÇ EDUCATIU

Reforç educatiu als joves que cursen ESO i Batxillerat  
De **dilluns a divendres** de 16:30 a 18:00 h  
Cal inscripció prèvia

### SALA RELACIONAL

Espai destinat a compartir, debatre i aprendre sobre les inquietuds i preocupacions dels i les joves També és un espai distès on els i les joves poden interaccionar de manera més lliure  
De **dilluns a divendres** de 18:30 a 20:00 h  
Cal inscripció prèvia

### FUTBOL OBERT

Espai futbolístic distès i amè, obert al barri i amb un caràcter socialitzant, on els i les joves poden exercitar la pràctica esportiva en un context més lúdic i recreatiu  
**Dilluns**, de 18:30 a 20:00 h i **divendres**, de 16:30 a 20:00 h  
No cal inscripció prèvia



### HORT JOVE

Espai d'horticultura compartit amb Acció Comunitària dedicat al foment de l'aprenentatge vivencial dels i les joves i la vinculació d'aquests amb els diversos ítems i elements del projecte així com a la generació, desenvolupament i enfortiments de les relacions interpersonals i intergeneracionals, en un context natural, obert i distès  
**1er i 3er dimarts** de 17:00 a 18:00 h  
Cal inscripció prèvia

## Espai Jove Can Puiggener

@espaijove\_can\_puiggener

Plç. del Primer de Maig, 1

659 30 03 59

### REFORÇ EDUCATIU

Reforç educatiu als joves que cursen ESO i Batxillerat  
De **dilluns a dijous** de 16:00 a 17:30 h  
Cal inscripció prèvia

### ESPAI RELACIONAL joves 14-18

Sala on es troben els joves, juguen, parlen i es relacionen entre ells i amb les educadores  
**Dilluns**, de 17:30 a 20:00 h  
Cal inscripció prèvia

### ESPAI NOIES

Espai en el qual només poden accedir noies i en el qual es treballen diferents aspectes que els preocupa i interessa  
**Dimarts**, de 17:30 a 20:00 h  
Cal inscripció prèvia

### CUINA

Espai en el qual preparem diferents menjars per a conèixer diferents cultures  
**Dijous**, de 17:30 a 20:00 h  
Cal inscripció prèvia



### BUTACA JOVE

Espai en el qual es visualitza una pel·lícula que a posteriori es treballa en profunditat  
**Divendres**, de 17:30 a 20:00h  
Cal inscripció prèvia

### ESPAI RELACIONAL joves 12-13

Sala on es troben els joves, juguen, parlen i es relacionen entre ells i amb les educadores  
**Dimecres**, de 17:30 a 20:00 h  
Cal inscripció prèvia

# Xarxa Espais Joves

## DESEMBRE

### Activitats estables

AGENDA JOVE

## Espai Jove Creu de Barberà

@espaijove.somludo\_jove

Plaça de Castelao, 1

667 41 75 57

### ESPAI DE TROBADA I JOCS DE TAULA

Espai relacional on trobareu jocs i activitats per a joves

De **dilluns a divendres** de 17:30 a 20:00 h  
Cal inscripció prèvia

### SUPORT A L'ESTUDI

Espai dinamitzat de suport a l'estudi

Grup 1: **Dilluns, dimecres i divendres** de 16:30 a 18:00h

Grup 2: **Dimarts i dijous** de 17:00 a 18:30 h

Cal inscripció prèvia



### HORT

Creem des de zero el nostre propi hort, el cuidem i obtenim la collita

**Dimarts i dimecres** de 19:00 a 20:00 h

Cal inscripció prèvia

### TALLER EXPRESSIÓ CORPORAL

Diversitat d'activitats i tallers per a fomentar l'expressió corporal i emocional

**Divendres**, de 17:30 a 19:00 h

Cal inscripció prèvia

### PENSEM EN XARXES SOCIALS

Anàlitzem i debatem sobre els continguts que consumim a les xarxes socials

**Dijous i divendres** de 19:00 a 20:00 h

Cal inscripció prèvia



### SEXEJA'T

Aprenem sobre sexualitats i afectivitats (xerrades, tallers, debats, jocs...)

**Dimarts i divendres** (cada 15 dies) de 18:30 a 19:30 h

Cal inscripció prèvia

### SÓC I M'ESTIMO

Tallers sobre autoestima i autoconeixement mentre ens divertim conjuntament

**Dilluns**, de 17:30 a 18:30 h i

**dimarts**, de 18:00 a 19:00 h

Cal inscripció prèvia

## Activitats Puntuals

### 2 des

#### ENCENEM L'ARBRE DE NADAL DEL BARRI

Activitat oberta a tot el barri ja que s'encén l'arbre de Nadal del barri a la plaça major L'Espai Jove hem participat en la preparació de la decoració de l'arbre i aquest dia participarem en l'activitat d'encendre l'arbre

A partir de les 18:00h

Cal inscripció prèvia a l'**Espai Jove Can Puiggener**

#### ASSEMBLEA JOVE

Espai assembleari per a proposar activitats per al següent mes a l'Espai Jove

A les 18:30h a l'**Espai Jove Creu de Barberà**

Cal inscripció prèvia

#### DESCOBRIM EUROPA: un viatge de preguntes i respostes

Les nostres voluntàries Leti i Andrada han preparat un joc de preguntes i respostes sobre països europeus que ens farà conèixer molt més del que sabem d'aquest continent!

A les 17:30h a l'**Espai Jove Can Rull**

Cal inscripció prèvia



### 3 des

#### XERRADA SOBRE SEXUALITAT

Xerrada a càrrec de Salut Comunitària on resoldran dubtes i curiositats dels/les joves

De 18:30 a 19:30 h a l'**Espai Jove Can Puiggener**

Cal inscripció prèvia

#### ASSEMBLEA JOVE

Espai assembleari per a proposar activitats per al següent mes a l'Espai Jove

A les 18:30h a l'**Espai Jove Creu de Barberà**

Cal inscripció prèvia



#### HIJUMP

Sortida al HiJump Trampoline Park

A partir de les 17h

Cal inscripció prèvia a l'**Espai Jove Can Rull**

#### PROJECTE

Joves i xarxes

De 17:45 a 18:30h a l'**Espai Jove Doctor Plans**

Cal inscripció prèvia

### 4 des

#### TALLER

Farem decoracions pels arbres de Nadal de la zona

De 17:45 a 18:30h a l'**Espai Jove Doctor Plans**

Cal inscripció prèvia



DESEMBRE

# Activitats Puntuals

AGENDA JOVE

5  
des

## TALLER DE CUINA FREDA

Taller de cuina dinamitzat per "cuina sense pares" en el qual vindran a compartir l'estona de cuina amb les/els joves de l'Espai De 18:00 a 20:00h a l'**Espai Jove Can Puiggener** Cal inscripció prèvia

## CIRQUEJANT A L'ESPAI

En aquesta activitat farem dinàmiques que faran posar-nos en la pell del grup i ens faran crear escenes visualment estètiques a través de la mentalitat col·lectiva, la conscienciació del propi cos i uns materials d'allò més divertits! Vine i descobreix el Circ en totes les seves facetes! A les 17:30h a l'**Espai Jove Can Rull** No cal inscripció prèvia



## INICIEM L'HORT

Activitats de plantada i manteniment de l'hort d'hivern A les 18:00h a l'**Espai Jove Creu de Barberà** Cal inscripció prèvia

## HIJUMP

Sortida al HiJump Trampoline Park A partir de les 17h Cal inscripció prèvia a l'**Espai Jove Doctor Plans**

9  
des

## DEBAT TEMÀTICA OBERTA

Espai per debatre diversitat de temes relacionats amb la societat actual A les 19:00h a l'**Espai Jove Creu de Barberà** Cal inscripció prèvia

## XERRADA

Festes i família De 17:45 a 18:30h a l'**Espai Jove Doctor Plans** Cal inscripció prèvia

10  
des

## ENCESA DE L'ARBRE DE NADAL

Veurem com "El Llaminer" encén les llums que decoraran durant tot el nadal el fantàstic pi que tenim al costat de l'Espai, i pel qual hem estat fent decoracions les darreres setmanes. A més, hi haurà paradetes amb activitats per tota la plaça i l'Associació de veïns regalarà xocolata amb xurros. No t'ho perdís! A les 17:30h des de l'**Espai Jove Can Rull** No cal inscripció prèvia



## TALLER

Fem manualitats nadalenques De 18:00 a 19:00h a l'**Espai Jove Creu de Barberà** Cal inscripció prèvia

## QUINTO NADAL JOVE

Joc similar al bingo tradicional nadalenç A les 18:30h a l'**Espai Jove Torre Romeu** Cal inscripció prèvia

11  
des

## HIJUMP

Excursió al HiJump Trampoline Park A les 17:00h Cal inscripció prèvia a l'**Espai Jove Torre Romeu**

12  
des

## HIJUMP

Excursió al HiJump Trampoline Park De 16:00 a 20:00h a l'**Espai Jove Creu de Barberà** Cal inscripció prèvia

## CONTES PER ADULTS

Els contes no només són per infants! Generarem debat i extraurem aprenentatge d'un parell de contes que us explicarem perquè pugueu identificar-vos amb aquestes històries i traslladar els aprenentatges a les vostres vides A les 17:30h a l'**Espai Jove Can Rull** No cal inscripció prèvia



## PROJECTE

Creïem junts per la igualtat del Nord De 17:45 a 18:30h a l'**Espai Jove Doctor Plans** Cal inscripció prèvia

## CINEMA JOVE

Sortida al cinema Imperial amb els/les joves A les 17:00 h a l'**Espai Jove Torre Romeu** Cal inscripció prèvia

13  
des

## ENCESA ARBRE NADAL

Sortim a veure l'encesa de llums de l'arbre de Nadal del barri de les Termes, que hem ajudat a decorar A les 18:00h Cal inscripció prèvia a l'**Espai Jove Creu de Barberà**

## PROJECTE

Joves i Xarxes De 17:45 a 18:30h a l'**Espai Jove Doctor Plans** Cal inscripció prèvia

16  
des

## DESPRÉS DEL DESPRÉS

On sóc i on vull anar? Què m'hagués agradat que passés i què ha passat? Dues línies paral·leles poden creuar-se algun dia? Són algunes de les qüestions que ens plantejarem en aquest Debat a Bat! Sobre la vida i les preguntes que la rodegen A les 17:30h a la Biblioteca Ponent Cal inscripció prèvia a l'**Espai Jove Can Rull**

## ENCESA DE LLUMS

Encesa de llums de l'arbre de Nadal del parc del Nord De 17:45 a 18:30h Cal inscripció prèvia a l'**Espai Jove Doctor Plans**

DESEMBRE

# Activitats Puntu- als

AGENDA JOVE

17  
des

## **SORTIDA LLUMS DE NADAL**

Sortida al centre de Sabadell per passejar i veure les llums i la decoració nadalenca  
A les 17:00 h a l'**Espai Jove Torre Romeu**  
Cal inscripció prèvia

18  
des

## **DIA INTERNACIONAL DE LES PERSONES MIGRADES**

Fem un cartell per l'Espai Jove amb la frase "Aquí tothom és benvingut" en tantes llengües com puguem mentre parlem i reflexionem sobre els processos de migració  
A les 17:30h a l'**Espai Jove Can Rull**  
No cal inscripció prèvia

## **BINGO JOVE**

Vine i participa al bingo jove de Nadal!  
De 17:45 a 18:30h a l'**Espai Jove Doctor Plans**  
Cal inscripció prèvia

## **ENCESA ARBRE DE NADAL TORRE ROMEU**

Sortida a l'encesa de l'arbre de Nadal del barri  
A les 18:00h a l'**Espai Jove Torre Romeu**  
Cal inscripció prèvia

## **SÈRIE FORUM**

Visionat d'un capítol d'una sèrie amb posterior reflexió i debat  
A les 19:00h a l'**Espai Jove Creu de Barberà**  
Cal inscripció prèvia

## **TALLER**

Fem manualitats nadalenes  
De 18:00 a 19:00h a l'**Espai Jove Creu de Barberà**  
Cal inscripció prèvia



19  
des

## **HIJUMP**

Excursió al HiJump Trampoline Park  
De 17:00 a 19:00h  
Cal inscripció prèvia a l'**Espai Jove Can Puiggener**

## **INICIEM L'HORT**

Activitats de plantada i manteniment de l'hort d'hivern  
A les 18:00h a l'**Espai Jove Creu de Barberà**  
Cal inscripció prèvia

## **CAGA TIÓ**

Tarda de Caga Tió  
A les 18:00 h a l'**Espai Jove Torre Romeu**  
Cal inscripció prèvia

20  
des

## **ADEU 2024!**

Festa a l'Espai Jove per acomiadar l'any 2024  
A les 17:30h a l'**Espai Jove Creu de Barberà**  
Cal inscripció prèvia

## **ENCESA LLUMS**

Encesa de l'arbre de Nadal de Can Deu  
De 17:45 a 18:30h  
Cal inscripció prèvia a l'**Espai Jove Doctor Plans**

24  
des

## **DECOREM L'ESPAI JOVE DE NADAL**

Pintarem dibuixos nadalencs per penjar-los i deixar l'espai amb un aire molt més nadalenc per donar el tret de sortida a aquesta època de l'any!  
A les 17:30h a l'**Espai Jove Can Rull**  
No cal inscripció prèvia

30  
des

## **MANUALITAT PER L'ARBRE DE NADAL**

Si a casa teniu arbre de Nadal, us ajudarem a decorar-lo creant personatges nadalencs amb materials reciclats que resultaran d'allò més divertits!  
A les 17:30h a l'**Espai Jove Can Rull**  
No cal inscripció prèvia

31  
des

## **REVISIÓ DE L'ANY I PROPOSITS D'ANY NOU**

En l'últim dia de l'any farem una revisió personal de com ha sigut l'any i quines impressions, expectatives i propòsits tenim pel 2025  
A les 17:30h a l'**Espai Jove Can Rull**  
No cal inscripció prèvia



# La més...



Ja pots consultar [aquí](#) totes les activitats que es faran a la ciutat durant les festes de Nadal



DESEMBRE

# També et pot interessar

AGENDA JOVE

## CERTIFICAT D'IDIOMES - CONVOCATÒRIA ORDINÀRIA

El Departament d'Educació i Formació Professional organitza la convocatòria ordinària per les proves per la obtenció dels següents certificats de Nivell Intermedi de diversos idiomes: B1, intermedi B2, avançat C1 i avançat C2 de les EOI  
Inscripció: del 24 al 28 de febrer de 2025  
**+ informació**



## EDUCACIÓ

**DUBTES** ?  
*Demana cita aquí*

## PROVES LLIURES ESO

Els alumnes que no obtenen el títol de graduat/da en ESO en finalitzar l'etapa es poden presentar a la prova que els centres organitzen el mes de març cada any

**Requisits, inscripció, realització de la prova i +informació**

## OCUPACIÓ



*T'interessa ?*  
*Demana cita aquí*

### SUPORT A L'OCUPACIÓ JUVENIL

Tens entre 16 i 29 anys? Si no estudies ni treballes, què pots fer?  
Busques la teva primera feina?  
Apuntat al programa de Suport a l'Ocupació Juvenil i t'acompanyarem en tot allò que necessitis (estudis, feina, formació o serveis)  
T'oferim ajuda, orientació, acompanyament, informació de cursos, escolta, confiança...  
Ens trobaràs a:



**OFICINA JOVE DE SABADELL**  
93 745 33 01 - 689 32 19 45  
[oficinajove@ajsabadell.cat](mailto:oficinajove@ajsabadell.cat)

**VAPOR LLONCH**  
93 745 31 61  
[peconomica@ajsabadell.cat](mailto:peconomica@ajsabadell.cat)

## XARXA EURES

T'has plantejat treballar a l'estranger? Aquesta xarxa de cooperació per a l'ocupació, ofereix serveis a les persones demandants i a les empreses mitjançant l'aportació d'informació i assessorament  
**+informació**



## MOU-TE! Desembre 24

D'aquest nou número de la **revista de mobilitat internacional** destaquem:

- Beques Vulcanus per estudis científics al Japó
- Pràctiques d'enginyer/a estructural a Grècia
- Feina d'arquitecte/a a Dinamarca
- Voluntariat en un orfenat al Nepal
- Formació sobre suport a la salut mental del voluntariat a Bèlgica

A més, no us perdeu les TACC News sobre [la consolidació de la comissió audiovisual als Camps de solidaritat](#), l'EntrevistACC a [les voluntàries del Cos Europeu de Solidaritat a Vilafranca del Penedès](#) i el Mou-te de butxaca sobre Curs d'idioma a l'estranger



## MOBILITAT

*Et recordem que l'assessoria de Mobilitat Internacional és els dimarts tarda de 15 a 18h*

*Demana cita aquí*

## HABITATGE



*Demana cita aquí*

Llogar, comprar, compartir... Ajuts i subvencions per pagar lloguer o hipoteca...  
Des de l'**Oficina Local d'Habitatge de Sabadell** pots obtenir informació i tramitar ajuts tant en relació al pagament del lloguer o hipoteca, com a la rehabilitació

## SALUT un plaer, SEGUR!

PRESERVATIU GRATUÏTS A L'OFICINA JOVE

Seguim amb els tallers de **SEXUALITATS I AFECTIVITAT** amb 3er d'ESO

