

Xarxa Espais Joves

JULIOL

ACTIVITATS
DE 9 A 14H

Activi
tats
Puntu
als



Agenda Jove

Espai Jove Can Rull

@espaijovecanrull

Carrer de sant Isidor, 51

722 14 40 89



1
jul

DIY de SAMARRETES
Saps què significa DIY? Porta una samarreta blanca llisa de la forma i mida que més t'agradi i descobreix-ho en aquesta activitat tan colorida!
A les 10:30h a l'Espai Jove

2
jul

JOC DEL TEATRE
Joc de mímica, vine i participa!
A les 10:30h a l'Espai Jove

3
jul

TORNEIG UNO
T'agrada jugar a l'UNO? Vine i mostra la teva estratègia per guanyar en el torneig de l'UNO que hem preparat
A les 10:30h a l'Espai Jove

4
jul

URBAN SKETCHERS
Provarem de pintar un mural només utilitzant parts del nostres cos. A veure què surt!
A les 10:30h a l'Espai Jove

5
jul

VISITEM EL TORRENT DELS COLOBRERS
Calça't les bambes ja que explorarem aquest torrent del Ripoll, que aporta molta ombra i frescor durant el seu passeig
A les 10:30h sortida des de l'Espai Jove

8
jul

TALLER DE BIJUTERIA
Si t'agraden les polseres, turmelleres o collarets i tens habilitat manual, vine i crearem peces de bijuteria
A les 10:30h a l'Espai Jove

9
jul

HOLI JOVE!
Conèixes aquest festival hindú dedicat als colors?
Des de l'Espai muntarem un holi personalitzat on gaudirem d'aquesta festa a la nostra manera. Acabarem pintats/des de cap a peus, així que posa't roba vella!
A les 10:30h a l'Espai Jove

10
jul

ENS CONVERTIM EN EXPLORADORS
Saps fer servir una brúixola? Llegir un mapa o orientar-te per la muntanya? Muntarem una cursa d'orientació pel Parc Catalunya perquè en puguem aprendre
A les 10:30h sortida des de l'Espai Jove

11
jul

JAM SESSION A LA PLAÇA
Saps tocar algun instrument i vols compartir-ho amb nosaltres? Porta'l i farem bona música! Que no saps tocar-ne cap? No tens excusa! Utilitza el teu cos o algun objecte amb el qual puguem marcar el ritme
A les 10:30 a l'Espai jove

12
jul

CAPBUSSADA A LA BASSA
Anem a la Bassa de Sant Oleguer a refrescar-nos i gaudir dels jocs d'aigua que tant ens agraden
A les 9:00h sortida des de l'Espai Jove

15
jul

DIA SOBRE RODES
Tens patins? Patinet? Bicicleta? Monocicle? Porta'l i farem una sortida per visitar llocs emblemàtics de la nostra ciutat, com el parc d'Odesa a Can Llong
A les 10:30h sortida des de l'Espai Jove

16
jul

TALLER DE FANALETES
Vine i prepara el teu fanalet de paper que podràs emportar-te a casa!
A les 10:30h sortida des de l'Espai Jove

17
jul

BRUNCH AT THE PARK
El brunch és un àpat que combina esmorzar i dinar, així que a l'Espai jove ens atiparem bé de menjars saludables per provar aquesta manera diferent de fer els àpats, barrejant tan dolç com salat, gaudint del sol al Parc Can Gambús
A les 11:30h sortida des de l'Espai Jove

18
jul

OLIMPIADES CAN RULL
T'animes a participar en unes olimpíades amb gent del barri?
A les 11:30h a l'Espai Jove

19
jul

SORTIDA A MONTGAT
Gaudirem d'un dia de platja
A les 9:00h sortida des de l'Espai Jove

22
jul

MATÍ MULTIESPORTS
Posem en marxa el cos a la pista dels Merinals practicant diferents esports com l'Ultimate, Pichi, Volley o Futbol
A les 10:30 a l'Espai jove

23
jul

BRAIN TRAINING
Si creus que tens coneixements de cultura general i t'agraden els reptes, fes quip i respon a les preguntes que us plantejarem!
A les 11:30h a l'Espai Jove

24
jul

FACTOR MUSICAL
T'agradaria ser un artista musical? Demuestra les teves habilitats a la resta de companys/es en aquest concurs de cant. Vine i canta victòria!
A les 10:30h a l'Espai Jove

25
jul

LABERINT PER LA LLIBERTAT
Fem un escape room pel dia mundial de les dones afroscendents
A les 10:30h a l'Espai Jove

28
jul

CAPBUSSADA A LA BASSA
Anem a la Bassa a refrescar-nos i gaudir dels jocs d'aigua
A les 9:00h sortida des de l'Espai Jove

29
jul

MURAL DELS RECORDS
Enganxem totes les imatges de les activitats que hem fet durant l'any per recordar tot el que hem après juntes
A les 11:00h a l'Espai Jove

30
jul

KARAOKE CARIBE MIX
Cantarem i ballarem tots els èxits de l'estiu dels últims anys
A les 11:30h a l'Espai Jove

31
jul

ACOMIADEM L'ESTIU JOVE
Farem un picoteig entre totes i ho compartirem amb la resta de joves que vinguin aquells dies
A les 11:30h a l'Espai Jove



Xarxa Espais Joves

JULIOL

ACTIVITATS
DE 9 A 14H

Activi
tats
Puntu
als



Agenda Jove

Espai Jove Creu de Barberà

@espaijove.somludo_jove

Plaça de Castelao, 1

667 41 75 57

23
jun

ASSEMBLEA JOVE

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

De les 11:30 a les 12:30h a l'Espai Jove
Cal inscripció prèvia

23,26
jun
7,10
jul

DINÀMIQUES DE GRUP

Activitats en grup per
treballar entre els/les
integrants: coneixença,
cohesió empatia...

De les 11:30 a les 12:30h a
l'Espai Jove
Cal inscripció prèvia

25,27 jun
2,4,9,11,14,15 jul

PISCINA

Sortida a la piscina

De 10 a 15:00h

Cal inscripció prèvia a l'Espai Jove

26
jun

TALLER SAMARRETES

Decoració de samarretes de
pertinença al grup
De 10:00 a 11:00h a l'Espai Jove
Cal inscripció prèvia

TALLER INVESTIGACIÓ

Joc de taula amb temàtica de
resolució de casos d'investigació
De 12:30 a 13:30h a l'Espai Jove
Cal inscripció prèvia

27 jun
3,9,10,11,14,17 jul

JOCs

Jocs virals, d'aire lliure, de mans,
virals, de pensament lateral, etc.
D'11:30 A 13:30h A l'Espai Jove
Cal inscripció prèvia

30
jun

SORTIDA HUMOR AMARILLO

Conjunt de proves, activitats, jocs
i obstacles que els/les
participants han de superar
De 8:00 a 13:30h a l'Espai Jove
Cal inscripció prèvia

1
jul

SORTIDA HAPPING

Parc d'aventures, obstacles i
matalassos elàstics
De 8:45 a 11:30h
Cal inscripció prèvia a l'Espai Jove

TALLER D'EMOCIONS AMB HAMMA

Creació de figures amb pins que
representin les emocions
De 12 a 13:45h a l'Espai Jove
Cal inscripció prèvia

3
jul

TALLER DECORACIÓ TASSES

Decoració de tasses amb
pintura per ceràmica
De 10:00 a 11:30h
Cal inscripció prèvia

4
jul

DEBAT

Espai per a debatre sobre la
temàtica escollida
D'11:00 a 12:00h a l'Espai Jove
Cal inscripció prèvia

7
jul

SORTIDA TORRENT DELS COLOBRERS

Ruta fàcil i curta d'un curs d'aigua
que recorre un petit congost
De 9:00 a 13:30h
Cal inscripció prèvia a l'Espai Jove

8
jul

SORTIDA MUSEU BLAU

Museu de Ciències Naturals de
Barcelona, un viatge per la
història de la vida i de la Terra
De 10:00 a 16:00h
Cal inscripció prèvia a l'Espai
Jove

16
jul

SORTIDA TIBIDABO

Anem al parc d'atraccions
Tibidabo
De 10:00 a 17:00h
Cal inscripció prèvia a l'Espai Jove

18
jul

FESTA CLOENDA

Festa final de les activitats d'estiu
De 10:00 a 13:30h a l'Espai Jove
Cal inscripció prèvia

Espai Jove Doctor Plans

@espaijove_doctorplans

Carrer del Portal de la Floresta, 20

606 45 98 44

CONSULTA DIRECTAMENT A
L'ESPAI JOVE TOTES LES
ACTIVITATS PROGRAMADES PER
AQUEST MES

Espai Jove Torre Romeu

@jovespandora

Carrer del Francolí, 11

600 91 05 78

CONSULTA DIRECTAMENT A
L'ESPAI JOVE TOTES LES
ACTIVITATS PROGRAMADES PER
AQUEST MES

Xarxa Espais Joves

JULIOL

ACTIVITATS
DE 9 A 14H

Activi
tats
Puntu
als



Agenda Jove

**Espai
Jove Can
Puiggener**

@espaijove_can_puiggener

Plç. del Primer de Maig, 1

☎ 659 30 03 59



**1
jul**

TALLER DE SAMARRETES
Taller creatiu on els participants decoraran la seva pròpia samarreta amb pintura tèxtil
D'11:00 a 13:00h a l'Espai Jove
Cal inscripció prèvia

**2,16
jul**

BUTACA JOVE
Espai en el qual es visualitza una pel·lícula que a posteriori es treballa en profunditat
D'11:00 a 14:00h a l'Espai Jove
Cal inscripció prèvia

**3
jul**

HUMOR AMARILLO
Experiència lúdica en la qual els participants s'enfronten a proves físiques en un recorregut. Activitat que fomenta el treball en equip
De 9:00 a 13:00h
Cal inscripció prèvia a l'Espai Jove



**4,21
jul**

JOCS D'AIGUA
Taller refrescant on els participants gaudeixen d'activitats i proves amb aigua pensades per divertir-se i combatre la calor
D'11:00 a 13:00h a l'Espai Jove
Cal inscripció prèvia

**7
jul**

DIA A LA NATURA
Ruta circular a prop de can Puiggener per conèixer espais naturals a prop del barri
De 10:30 a 13:00h a l'Espai Jove
Cal inscripció prèvia

**8
jul**

ESCAPE ROOM
Activitat en la que els/les participants han de resoldre enigmes i desxifrar pistes per poder obrir el cofre final
D'11:00 a 14:00h
No cal inscripció prèvia

**9
jul**

TALLER DE FANG
Activitat artística i sensorial on les/els participants modelen el fang amb les mans per crear figures, objectes o escultures
D'11:00 a 14:00h
Cal inscripció prèvia a l'Espai Jove

**10,17,
24
jul**

PISCINA
Sortida refrescant a la Bassa de Sabadell per poder combatre la calor dins l'aigua de manera divertida
De 10:30 a 19:30h
No cal inscripció prèvia

**11
jul**

DANSA URBANA
Activitat enèrgica i creativa conduïda per un tallerista especialitzat en estils de dansa urbana com hip-hop, breakdance, popping o dancehall
D'11:00 a 12:30h a l'Espai Jove
Cal inscripció prèvia

**14
jul**

JOCS DE LA BANDERA
Joc en equip i a l'aire lliure on l'objectiu és capturar la bandera de l'equip contrari i portar-la al mateix camp sense ser atrapat.
D'11:00 a 14:00h a l'Espai Jove
Cal inscripció prèvia

**17
jul**

SORTIDA A AENA
Visita guiada a l'aeroport de Sabadell on els/les joves podran veure les avionetes estacionades a la plataforma, visitar el parc de bombers i, si és possible, pujar i veure les naus per dins i els hidroavions per fora, segons la disponibilitat del servei
De 17:30 a 20:00h
Cal inscripció prèvia a l'Espai Jove

**18
jul**

MINI OLIMPIADES
Activitat esportiva i lúdica on els participants competeixen en diferents proves adaptades, inspirades en els Jocs Olímpics: curses, salts, relleus, llançaments i jocs cooperatius
D'11:00 a 14:00h
No cal inscripció prèvia

**22
jul**

MERCABARNA
Activitat adreçada a demostrar la importància de consumir al dia 5 peces de fruita o hortalisses com a base d'una alimentació equilibrada
De 9:00 a 15:00h
Cal inscripció prèvia a l'Espai Jove



**23
jul**

MULTIESPORTS
Activitat esportiva i lúdica on els participants competiran en diferents dinàmiques esportives
D'11:00 a 14:00h
No cal inscripció prèvia

**25
jul**

KARAOKE I PICA PICA
Activitat de tancament on els/les participants podran cantar al karaoke mentre gaudeixen d'un pica pica per finalitzar les activitats d'estiu
D'11:00 a 14:00h a l'Espai Jove
No cal inscripció prèvia



També et pot interessar

EDUCACIÓ

PREINSCRIPCIONS

CURSOS D'ESPECIALITZACIÓ D'FP

Del 25 de juny al 4 de juliol de 2025

+informació

ASSIGNACIONS CICLES FORMATIUS

L'assignació de places es farà en 3 tandes.

1ª tanda: 10 de juliol

2ª tanda: 18 de juliol

3ª tanda: 29 de juliol

+informació

BEQUES I AJUTS CLASSIFICATS PER UNIVERSITATS

Les convocatòries i sol·licituds per participar en el procés d'obtenció d'una beca les gestiona i les atorga directament la universitat a la qual estiguis matriculat/DA o hi vulguis estudiar, d'acord amb les directrius i criteris marcats per cada centre

+informació

AJUTS PARLA 3

Ajuts per promoure la formació i l'acreditació de terceres llengües per als estudiants matriculats en estudis de grau en una universitat catalana el curs 2024-2025 (Parla3)

Termini: fins el 30 de setembre de 2025

+informació

BEQUES SANTANDER 2025-2026

Beques destinades a estudiants de Grau, Màster, Postgrau i estudiants d'FP Superior

Termini: 15 d'octubre de 2025

+informació

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

SUBVENCIONS PER AL PAGAMENT DE LLOGUER O CESSIÓ D'ÚS

Tràmit que serveix per poder demanar ajut econòmic per pagar el lloguer (o la cessió d'ús) de casa teva

Termini: del 30 de juny a l'11 de juliol a les 14h

Requisit: tenir 35 anys o menys a data 31/01/2025

+informació

PRÉSTECES PER A L'EMANCIPACIÓ DELS JOVES

Préstecs hipotecaris que permeten als joves ajornar l'entrada a satisfer en la compra del seu primer habitatge fins el moment en què hagin acabat d'amortitzar la hipoteca principal

Requisit: persones físiques de 18 a 35 anys

+informació



OCUPACIÓ

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



VAPOR LLONCH

93 745 31 61

peconomica@ajsabadell.cat

BEQUES A LES PERSONES PARTICIPANTS A LES CASES D'OFICIS

Aquestes beques d'assistència s'adrecen a les persones participants a les cases d'oficis del projecte treball als barris

Termini: del 9 de maig al 31 d'octubre de 2025

+informació

OFICINA JOVE DE TREBALL

És un altre servei destinat a Joves de 16 a 35 anys pensat especialment per facilitar l'accés de les persones Joves al món laboral i vetllar per les seves condicions laborals.

A part d'accedir a la seva borsa de treball, també et podran assessorar en:

-Orientació professional

-Assessorament jurídic-laboral

-Assessorament a l'autoocupació

+informació



Coneixes totes les assessories que oferim a l'Oficina Jove?

Disposem de diferents assessories especialitzades amb atenció personalitzada, individual o en grup.

Són confidencials i gratuïtes. T'esperem!

ACOMPANYAMENT EMOCIONAL (*demana cita aquí*)

ASSOCIACIONISME (*demana cita aquí*)

DROGUES I PANTALLES (*demana cita aquí*)

EDUCACIÓ I FORMACIÓ (*demana cita aquí*)

HABITATGE (*demana cita aquí*)

OCUPACIÓ (*demana cita aquí*)

MOBILITAT INTERNACIONAL (*demana cita aquí*)

PUNT LILA (*demana cita aquí*)

També et pot interessar

MOBILITAT INTERNACIONAL



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

- Beques del BCE per a dones estudiants de postgrau
- Pràctiques Eurodesk a la cort europea d'auditors/es
- Feina en el sector de l'hostaleria a Àustria
- Camps de solidaritat amb la comunitat palestina al Líban i amb el poble kurd a Turquia

A més, no us perdeu les TACC News sobre la formació de professionals europees desenvolupada a Malgrat de Mar, l'EntrevistaTACC a una membre de la comissió mèdica de l'Agermanament de Sabadell amb l'Argub i el Mou-te de viatge sobre recórrer Cinque Terre a peu.

Us recordem que les Assessories de Mobilitat internacional són tots els dimarts de 15 a 18h



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



Demana cita aquí

DORMIR A BON PREU AQUESTES VACANCES

Dormir a bon preu a Catalunya i a la resta del món

+informació



+informació

I a més...



+informació

estiu JOVE

ACTIVITAT GRATUÏTA

CINEMA A LA PISCINA

Divendres, 04/07/2025

De 20:30 h a 21:45 h
"bany nocturn"

22:00 h Projectió pel·li de por:
"TRAIN TO BUSAN"

Poliesportiu Can Marcet

*Activitat per a joves de 12 a 29 anys (menors de 14 acompanyats)
Pel·lícula recomanada per majors de 16 anys

INSCRIPCIÓ PRÈVIA AQUÍ

TRAIN TO BUSAN

Ajuntament de Sabadell

oficina JOVE
del Vallès Occidental
SABADELL

INSCRIPCIÓ PRÈVIA AQUÍ

estiu JOVE

ACTIVITAT GRATUÏTA

CINEMA A LA PISCINA

Divendres, 11/07/2025

De 20:30 h a 21:45 h
"bany nocturn"

22:00 h Projectió pel·li:
"BARBIE"

Poliesportiu Can Marcet

*Activitat per a joves de 12 a 29 anys (menors de 14 acompanyats)

INSCRIPCIÓ PRÈVIA AQUÍ

Barbie

Ajuntament de Sabadell

oficina JOVE
del Vallès Occidental
SABADELL

INSCRIPCIÓ PRÈVIA AQUÍ

oficina JOVE
del Vallès Occidental
SABADELL

