



DILLUNS 13 17:30 h + 3 anys

Taller familiar

Pilotes sensorials

Experimentem, creem i ens relaxem.

Inscripcions a partir del 6 d'abril



DIMECRES 15 17:30 h

Taller familiar + 5 anys

Saquets de llavors terapèutics

Inscripcions a partir del 6 d'abril



DISSABTE 18 11:00 h

Joves i adults

A càrrec d'Artisans

Taller: Tast de xocolata

Inscripcions a partir del 6 d'abril



DIMARTS 21 18:30 h

Joves i adults

A càrrec de Sheila Canorea

Taller d'aromateràpia

Emocions i vida sense tòxics.

Inscripcions a partir del 13 d'abril



DISSABTE 25 11:00 h

Taller familiar 0-3 anys

A càrrec de l'Albada Blay

Taller de minimúsics

Inscripcions a partir del 13 d'abril



DIMARTS 28 18:00 h

Joves i adults

A càrrec de l'Hospital de Viladecans (Neurologia)

Xerrada: Migranya sota control: hàbits de salut cerebral i estil de vida

Entrada lliure

I a més a més MARÇ



DIJOUS 5 18:30 h

Presentació del llibre

Hadamar

amb Xavier Armengol

Entrada lliure



ABRIL



DIJOUS 16 18:30 h

Presentació del llibre

Vermuts i barbuts

amb Magda Minguet

A càrrec d'Òmnium cultural

Entrada lliure

DIVENDRES 17 17:30 h

CINEXIC + 3 anys

A càrrec d'Òmnium cultural

La mama Muu torna a casa

Inscripcions a partir del 6 d'abril



DIVENDRES 20 17:30 h

Dia de la poesia

Vine a la sala infantil i decorarem i escriurem poemes.

Entrada lliure

DIVENDRES 27 17:30 h

CINEXIC + 4 anys

A càrrec d'Òmnium cultural

Yuku i la flor de l'Himàlaia

Inscripcions a partir del 16 de març



DIVENDRES 24

Revetlla de Sant Jordi

17:00 h **Sant Jordi Creatiu**

Roses de feltre i punts de llibre de drac

18:00 h **Coral Montau**

Infantil i Giants

18:45 h **Colla Castellera**

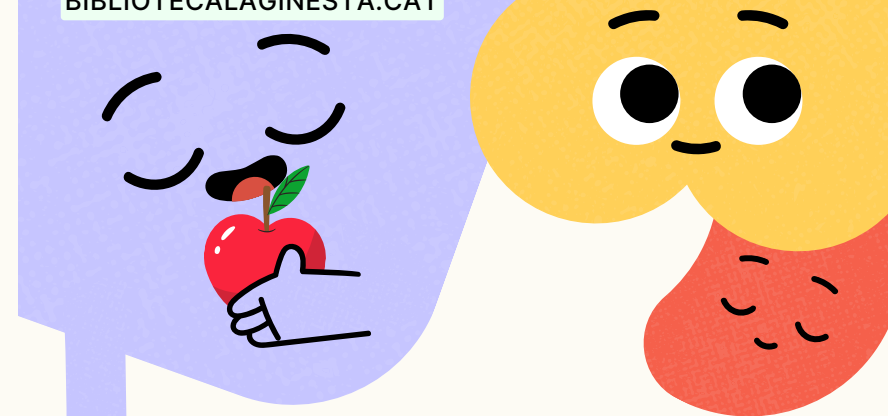
Encantats de Begues

19:00 h **Font de Poemes**



ACTIVITATS BIBLIOTECA LA GINESTA

BIBLIOTECALAGINESTA.CAT



Activa la teva SALUT



**MARÇ
ABRIL
2026**



Ajuntament
de Begues



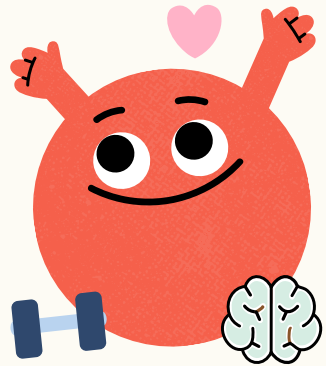
Diputació
de Barcelona

Programa d'activitats

Activa la teva SALUT

Aquest març i abril, a la biblioteca ens activem!

Et presentem un cicle d'activitats dissenyat per posar en forma el teu cos i la teva ment. A través de tallers i espais de trobada, oferim eines per millorar la salut física i l'equilibri emocional.



INSCRIPCIONS:

www.bibliotecalaginesta.cat

MARÇ

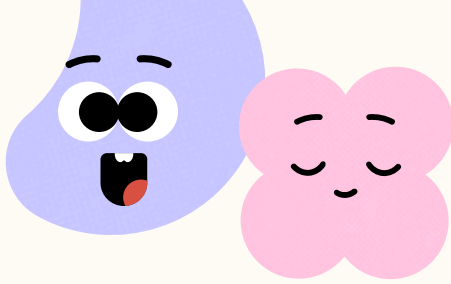


DIMECRES 4 17:30 h
Taller familiar + 3 anys

Creació i alimentació saludable

amb fruites i verdures de temporada

Inscripcions a partir del 23 de febrer



DIVENDRES 6 17:30 h
Taller familiar + 5 anys

amb Rusc d'Or

Coneguem el món de les abelles

Inscripcions a partir del 23 de febrer



DILLUNS 9
Joves i adults

Taller d'iniciació a la costura

amb màquina de cosir

A càrrec de Magda Pomares

Inscripcions a partir del 2 de març



DIMARTS 10 18:30 h
Pilates Joves i adults

Amb la fisioterapeuta i osteòpata Leyre Biel

Fes exercici respectant el sòl pelvià

Inscripcions a partir del 2 de març

Cal dur estoreta

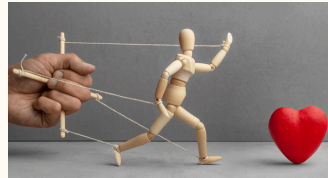


DIMECRES 11 17:30 h 5-9 anys

Ajudem al burret verd i a l'erugeta goluda a menjar sa

Taller per llegir, jugar i divertir-se aprenent a menjar saludable.

Inscripcions a partir del 2 de març



DIJOUS 12 18:30 h
Joves i adults

A càrrec de la psicòloga Teo Felguera

Xerrada: Detectant l'abús narcisista a la parella

Entrada lliure



DIVENDRES 13 18:30 h
Joves i adults

A càrrec de Teresa Segura

Xerrada: Posem consciència a l'alimentació

Entrada lliure



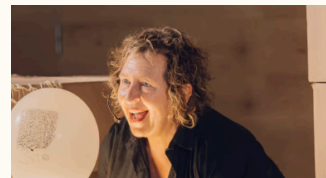
DIJOUS 19 18:30 h
Joves i adults

A càrrec de La Rachola

Xerrada sobre habitatge i sostenibilitat

Tips per ajudar-te a viure en una casa saludable i lliure de tòxics.

Inscripcions a partir del 9 de març



DIVENDRES 20 18:30 h
Joves i adults

A càrrec de Sandra Rossi

Espectacle: Cajalidades

Un recorregut per la vida i els descobriments de Santiago Ramón y Cajal

Entrada lliure



DIMARTS 24 18:00 h
Joves i adults

A càrrec de Noemí Díez

Taller de cuina saludable

amb la Thermomix.

Inscripcions a partir del 16 de març



DIJOUS 26 18:00 h
Joves i adults

A càrrec de l'Hospital de Viladecans (Reumatologia)

Xerrada: Dolor crònic: què puc fer per viure millor?

Entrada lliure



DIMARTS 31 17:30 h

Ens movem! 8-12 anys

Coneixem el nostre cos a través del moviment i el joc

amb la fisioterapeuta i osteòpata Leyre Biel

Inscripcions a partir del 23 de març

Cal dur estoreta

ABRIL



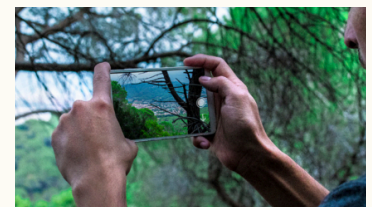
DIJOUS 9 18:00 h
Taller Joves i adults

A càrrec de Los jabones de Luna

Maceració d'herbes

Beneficis de l'oli d'oliva a la pell i a l'organisme. Fem un oli d'ús cosmètic i un altre d'ús gastronòmic.

Inscripcions a partir del 30 de març



DISSABTE 11 10:30 h
Joves i adults

A càrrec de Nur Estudio

Taller d'iniciació fotogràfica i natura

amb càmera i mòbil

Durada 2:30h.

Inscripcions a partir del 30 de març

