

LA GUIA JOVE!



Aquesta guia que tens entre mans és una **gula de recursos, serveis i activitats per a persones joves** que té per objectiu facilitar eines de transició per les diferents etapes educatives i laborals, així com oferir espais de participació.

La **gula ve acompanyada d'un mapa** que et servirà per conèixer els diferents camins que pots escollir i les possibilitats que tens al teu abast per assolir els teus objectius.

Molta sort en aquesta nova aventura!

Orientació i formació!



ORIENTACIONS ACADÈMIQUES

Orientacions Acadèmiques

Servei d'assessorament acadèmic per tal de resoldre dubtes en relació a les trajectòries educatives. T'acompanyem en la **tria d'estudis postobligatoris**, així com si no acredites l'ESO o busques cursos d'especialització per entrar al món laboral.

Edat: 12-30 anys
Hora i lloc: Dimecres de 16.30h a 18.30h a Can Rahull
+Info: 680 675 506 (WhatsApp)

AULA DE SUPORT ACADÈMIC

Aula de suport acadèmic

Espai on les persones joves podeu venir a fer deures, treballs en grup o preparar exàmens. **Aula dinamitzada per un orientador que acompanyarà i resoldrà aquells dubtes que us puguin sorgir.** L'aula de suport acadèmic no està plantejada com un espai per fer classes de repàs particulars.

Edat: 12-16 anys
Hora i lloc: Dimecres de 16.30h a 17.30h a Can Rahull
Inscripcions gratuïtes al web activitatpalau.cat

AULA D'ESTUDI OBERTA

Aula d'estudi oberta

Espai d'accés lliure amb connexió a Internet on podràs estudiar, fer treballs o preparar exàmens.

Edat: 12-30 anys
Hora i lloc: Dimarts, dimecres i dijous de 16.30h a 19.30h a Can Rahull

SUPORT A LES PREINSCRIPCIONS

Support a les Preinscripcions

Si durant el procés de preinscripció als estudis postobligatoris tens dubtes, no et preocupis! Posem al teu abast un espai de suport per ajudar-te!

+Info: 680 675 506 (WhatsApp)

CURSOS DE GARANTIA JUVENIL

Cursos de Garantia Juvenil

L'objectiu d'aquests projectes és **reforçar l'ocupabilitat i les competències professionals** de les i els joves menors de 30 anys en situació d'atur, per ampliar les seves possibilitats d'accés al mercat laboral; proporcionant-los, entre d'altres, **orientació i assessorament professional, formació professionalitzadora i acompanyament en la inserció laboral.**

Edat: 16-29 anys
+Info: 680 675 506 (WhatsApp)

CENTRE MUNICIPAL FORMACIÓ D'ADULTS FERRAN SOLDEVILA

Centre Municipal Formació d'Adults Ferran Soldevila

S'imparteixen ensenyaments d'idiomes (anglès, català i castellà), informàtica, alfabetització i formació instrumental. Si has d'acreditar l'ESO també tens l'oportunitat de treure't el graduat o també et pots preparar l'accés a cicles formatius de grau mig o grau superior.

Matrícula: del 4 al 18 de setembre, en horari de 19h a 21h
Lloc: Passeig de les escoles, 3 (Edifici CEIP Fontmartina)
+Info: 93 848 25 73 | info@escolaadultspalautordera.cat | escoltaadultspalautordera.cat

Participació!

PROCESSOS PARTICIPATIUS

Processos Participatius

És fonamental generar espais d'interlocució entre els joves i l'Àrea de Joventut per conèixer les opinions, necessitats, propostes i expectatives. Si tens ganes d'impulsar alguna activitat posat en contacte amb nosaltres!

+Info: 680 675 506 (WhatsApp)

RÀDIO RANDOM

Ràdio Random

Projecte de ràdio obert a tothom qui vulgui crear un pòdcast. Ràdio Vitamènia posa a l'abast l'estudi de ràdio per aquells joves que vulgueu practicar perquè esteu estudiant periodisme o comunicació, o simplement perquè us apassiona el món radiofònic

Participa! 678 061 143 (WhatsApp) | **Segueix-nos a Instagram!** @radiorandompalau

Recupera a Spotify els pòdcasts Rapsòdia Compartida i Dimensió Reggae que s'emeten en antena.

GRUP DE DIFUSIÓ DE WHATSAPP

Grup de Difusió de WhatsApp

Activitats, projectes participatius, ofertes formatives... Uneix-te al canal de WhatsApp per no perdre detall de tot el que tens al teu abast!

+Info: 680 675 506

Salut!

NO EM TOQUIS LA PERA!

No em toquis la Pera

Taller adreçat a joves que vulguin tenir més coneixement sobre aspectes relacionats amb els hàbits de salut. L'objectiu principal és la promoció de la salut i prevenció de les conductes de risc en relació amb l'alimentació, el benestar emocional i l'autoimatge.

Edat: joves de 2n, 3r, 4t d'ESO i 1r i 2n de batxillerat
Hora: Dijous de 17h a 18.30h
+Info: 680 675 506

TRITÓ DEL BAIX MONTSENY

Tritó del Baix Montseny

El Tritó del Baix Montseny és el **pla integral sobre prevenció en drogues i pantalles.** El programa ofereix la possibilitat d'atencions individualitzades.

Edat: a partir de 12 anys
Hora i lloc: de dilluns a divendres (9h a 14h) (cita prèvia). Edifici Puigdollers. Àrea de Serveis a les Persones (Sant Celoni)
+Info: 93 864 12 12 o eltrito@santceloni.cat

Treball!

BRIGADA JOVE

Brigada Jove

Programa per **millorar l'ocupabilitat de les persones joves.** El programa ofereix llocs de treball a l'Ajuntament durant el mes de juliol perquè el jovent del poble tingui una primera experiència laboral.

Edat: 16-20 anys
+Info: a partir del maig de 2025

SERVEI LOCAL D'OcupACIÓ

Servei Local d'Ocupació

Per rebre assessorament en la recerca de feina, orientació sobre formació ocupacional o conèixer quins projectes formatius tens al teu abast contacta amb el Servei local d'ocupació.

Edat: a partir de 16 anys
Hora i lloc: de dilluns a divendres (9h a 14h) i dimecres (17h a 19.30h) a l'Ajuntament (Pl. Ajuntament, 1)
+Info: 93 847 96 26 (cita prèvia)

Oci i lleure!

TARDES JOVES

Tardes Joves

Les tardes de dijous i divendres Can Rahull esdevé un espai per a les persones joves. Hi trobaràs una oferta d'activitats esportives i artístiques gratuïtes, així com un espai de trobada on quedar amb els teus amics i amigues.

Edat: 12-16 anys | **Activitats gratuïtes**

Boxa: Introducció a la pràctica de la boxa, un esport que et permetrà alliberar tensions i treballar el cos i la ment de forma regulada i saludable.

Amb Carles Bourgeoise | Dijous de 17.30h a 18.30h (iniciació) i de 18.30h a 19.30h (avançat)

Skate: Vine a aprendre a patinar, a millorar la teva tècnica o a fer nous trucs. Crearem un espai on cadascú pugui aprendre al seu ritme fomentant la creativitat, el companyerisme i l'esforç.

Amb Andreu Renau | Dijous de 16.30h a 18h

Còmic i animació: Taller de creació gràfica on aprendrem a desenvolupar un còmic després d'haver treballat els fonaments i la creació d'idees. A la segona part de l'activitat produïrem un curtmetratge d'animació, des de la producció fins al muntatge.

Amb Estel Cruells | Dijous de 16.30h a 17.30h

Can Rahull Records: Projecte de hip-hop que posa a l'abast de les persones joves un estudi de gravació per investigar, compartir i crear música. Si t'agrada el hip-hop, les batalles de galls o improvises amb els amics, vine a veure l'espai i a conèixer el projecte!

Dijous de 16.30h a 19.30h | Can Rahull
Segueix-nos a Instagram @can.rahull.records

El refugi! Un espai on escoltar música, jugar, cantar o simplement venir a xerrar amb els teus amics i amigues. Al refu les tardes de divendres hi trobaràs un espai acollidor on trobar-te i divertir-te!

Amb La Elisa | Divendres de 16.30h a 19.30h

CAN RAHULL PARTIES

Can Rahull Parties

Periòdicament, es programen festes per tal de **generar espais on les joves puguin sentir-se còmodes en un ambient respectuós.** Les Can Rahull Parties se celebren a equipaments municipals com l'Envelat, Can Rahull o el Centre Cívic.

Edat: 12-16 anys

ZONA JOVE

Zona Jove

Programació d'oci nocturn alternatiu els divendres de juliol a diversos espais a l'aire lliure. L'activitat estrella és la piscina nocturna, però segons l'edició, també s'hi poden trobar activitats com inflables, combats de pistoles làser o gimcanes.

Edat: 12-25 anys

CURSOS I TALLERS

Cursos i Tallers

Oferta de **cursos i tallers quadrimestrals** per a tots els gustos i edats.

Reforç de matemàtiques: Per alumnes de 1r a 4t d'ESO. Aquest recurs t'ajudarà a resoldre dubtes, preparar exàmens, portar la feina de mates al dia i repassar conceptes que no estan ben assolits.

Amb Mariano Pagès | Dimarts de 16.30h a 17.30h (1r-2n d'ESO) i de 17.30h a 18.30h (3r-4t d'ESO) | Can Rahull | Preu: 63€ el quadrimestre

Joves entre fogons, Juguem a ser MasterChefs?: Aquest curs està plantejat per joves de l'ESO i Batxillerat amb l'objectiu de ser autosuficients, adquirir nocions de cuina, hàbits saludables i higiènics a més a més de fomentar l'expressió i la creativitat.

Amb Enric Batlle | Dimecres de 16.30h a 18.30h (ESO i batxillerat) | Can Rahull | Preu: 126€ el quadrimestre + material

Edat: a partir de 12 anys.
Dates cursos: Primer quadrimestre: del 30 de setembre de 2024 al 9 de febrer de 2025 (inscripcions: del 16 al 22 de setembre). Segon quadrimestre: del 10 de febrer al 20 de juny de 2025.
Totes les activitats són amb inscripció prèvia al web www.activitatpalau.cat



2025
2024
Guia de recursos, serveis i activitats per a persones joves

de Palautordera

LA GUIA JOVE!



LA GUIA JOVE!



Can Rahull
Espai Cultural i Juvenil

Can Rahull
Espai Cultural i Juvenil

Horari d'oficina:
Dilluns i divendres de 10h a 13h
De dimarts a dijous de 16.30h a 19.30h

Contacte:
T 93 848 00 24
☎ 680 675 506
@ @canrahull

C. Empordà, 30
08460 Sta Maria de Palautordera

www.activitatpalau.cat



GUIA JOVE

TOUR

Oci i lleure!

El Turó de l'Home, el Matagalls, les Agudes i el Sui són els cims més emblemàtics del Montseny. Com aquests 4 cims, proposem 4 activitats a partir de les quals aprendre, divertir-te i conèixer nous joves tal com si estiguessis assolint un nou cim.

4CIMS

Salut!

A la muntanya hem d'estar preparats per afrontar possibles accidents que ens puguin provocar danys. A la farmaciola hi trobarem serveis i recursos de creixement personal que ens aporten benestar i equilibri emocional.

FARMACIOLA

LA PERA

No em toquis



ALTRES SERVEIS COMARCALS:

- SERVEI D'ATENCIÓ INTEGRAL LGBTI+ (SAI)**
Granollers. CIRD, C. Portalet, 4 4a planta
De dilluns a divendres (9h a 14h)
i dimarts (16h a 18.30h)
93 842 67 14 | lgbti@granollers.cat
- OFICINA D'HABITATGE DEL BAIX MONTSENY**
Sant Celoni. Edifici Puigdollers,
C. Grup Escolar, 6
De dilluns a divendres (9h a 14h)
93 864 12 24 | habitatge@santceloni.cat
- OFICINA JOVE DEL VALLÈS ORIENTAL**
Granollers. El Gra - PL. de l'Església, 8
93 842 66 84 | 693 553 269 (WhatsApp)
oficinajove@vallesoriental.cat

Treball!

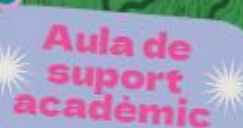
A "pic i pala" és una expressió que fa referència a l'esforç i el treball que fem per aconseguir els nostres objectius. El pic i la pala són també eines de treball que serveixen per excavar un terreny, remoure pedres o, en el cas del pic, facilitar-nos l'ascens a un cim.



BRIGADA JOVE



ORIENTACIONS ACADÈMIQUES



Orientació i formació!

La brúixola és un aparell que serveix per orientar-nos i saber quina direcció prendre quan estem fent una ruta a la muntanya. En aquest apartat s'apunten els serveis que tens a l'abast si necessites redreçar el teu rumb acadèmic o si simplement vols suport per tal de continuar caminant amb més seguretat.

PUNTS DE TROBADA:

- Skatepark
- Pistes Esportives Can Balmes
- Pista Vòlei INS Reguissol
- Frontó municipal
- Parc del Reguissol
- Biblioteca Ferran Soldevila
- Pavelló Josep Llavina
- Camp de Futbol
- Piscina Fontmartina
- Can Rahull, espai cultural i juvenil
- Parc Pau Casals
- Rocòdrom

Participació!

Els walkie-talkie són uns dispositius que permeten comunicar-se a través de radiofreqüència. Aquests aparells es fan servir a la muntanya per comunicar-se i conèixer en quina posició es troben les persones. Participar i comunicar és una forma de generar vincle amb altres persones i també de millorar coses del nostre voltant.

