

## FESTA DE CARNESTOLTES

### DISSABTE 4 DE MARÇ

Rua de Carnaval, lectura del manifest i crema del Rei Carnestoltes a partir de les 15:30h.

#### CONCURS DE CARROSSES i CONCURS DE DISFRESSES

- Infantil i familiar
- Joves i adults

Desfilada de disfresses infantil i familiar i entrega de premis a partir de les 18h al Pavelló Polivalent, amb festa per a tothom.

Llonganissada Jove a partir de les 22h al Pavelló Polivalent.

Desfilada de disfresses joves i adults, entrega de premis i festa Confetti Led Party a partir de les 1h fins les 5h al Pavelló Polivalent.

### DIMECRES 1 DE MARÇ

#### CONTES AMB TROMPA

A càrrec del personal de la biblioteca. Activitat adreçada a nens i nenes a partir de 3 anys.

*Biblioteca Joaquim Montoy, 18h.*

#### "DIABETIS MELLITUS" "

Xerrada sobre els avanços en el control de la glicèmia capil·lar. Organitza l'Associació de Diabètics d'Alcarràs i Baix Segrià.

*Lo Casino, 20h.*

### DIJOUS 2 DE MARÇ

#### "CONÈIXER LA MEVA MENT, APRENDRE A DIRIGIR-LA PER TRANSFORMAR LA MEVA VIDA I DISFRUTAR DE VIURE"

Xerrada a càrrec de Nancy Charles, graduada en medicina oriental (acupuntura), especialitzada en balanç polar electromagnètic i diplomada en bio-descodificació. Organitza Mestresses de Casa.

*Lo Casino, 18h.*

### DILLUNS 6 DE MARÇ

#### TERAPIES NATURALS PER LA SALUT DE LA DONA

Solucions per tractar obesitat, hipertensió, restrenyiment, migranyes, gasos, inflor de ventre, acidesa i retenció de líquids.

Xerrada a càrrec de Josep Vallès, naturòpata, educador sanitari i instructor en estil de vida, de l'Associació Educació i Salut.

*Centre Major, 18h.*

### DIMARTS 7 DE MARÇ

#### VISITA AL MUSEU DE LA MINA DE MEQUINENSA

Interessats/des s'han d'apuntar a l'agència de viatges Esther Tourism. Preu: 9€ (autocar i entrada al museu). Activitat exclusiva per a l'alumnat de l'Aula d'Extensió Universitària d'Alcarràs.

*Sortida davant del Centre Major, a les 15.30h*

#### ANIMALADA DE TALLER

Un taller per gaudir d'una bona estona dibuixant, retallant i pintant un dels animals més temuts de la selva. Cal fer inscripció prèvia a la biblioteca. Activitat adreçada a partir de 3 anys.

*Biblioteca Joaquim Montoy, 18h.*

### DIMARTS 7 DE MARÇ

#### HORTS SOCIALS ALCARRÀS - T'agradaria cultivar un hort?

Vols consumir les teves pròpies verdures i hortalisses? Reunió informativa per explicar el projecte d'obertura dels horts municipals d'autoconsum a la població d'Alcarràs.

*Lo Casino, 20h.*

### DIMECRES 8 DE MARÇ

**CINEMA EN FEMENÍ** - Projectió de la pel·lícula "La Modista", amb motiu de la celebració del Dia Internacional de la Dona. En acabar, haurà un refrigeri per les assistents gentilesa del Club de Lectura de la Gent Gran.

*Biblioteca Joaquim Montoy, 16h.*

#### XERRADA: "L'INFERMERA DE CASA"

Reconeixement a les dones que al llarg de la vida han hagut que fer-se càrrec dels seus familiars a conseqüència d'una malaltia o de la vellesa, a càrrec de la Dra. Montse Ribes, metgessa de família dels INS i del Centre Mèdic Integral d'Alcarràs i la DUI Carme Marquilles, infermera del Centre Mèdic Integral d'Alcarràs. A l'acabar s'oferirà un petit refrigeri a les persones assistents. Organitza l'Associació 50 i Més.

*Lo Casino, 18:30h.*

### DIUMENGE 12 DE MARÇ

#### VERMUT POÈTIC MUSICAL - HAVANERES AMB VEU DE DONA

Acte institucional amb motiu del Dia Internacional de la Dona, us oferim un vermut poètic-musical amb cantada d'havaneres amb el grup femení LES ANXOVETES. Comptarem amb la lectura del manifest del Dia de la Dona i la lectura de petits poemes amb la participació de les entitats de la vila.

*La Pista, 12h.*

### DIMARTS 14 DE MARÇ

#### TROBADA DEL CLUB DE LECTURA ADULTS

Es comentarà la novel·la "Àngels fugaços" de l'escriptora Tracy Chevalier.

*Biblioteca Joaquim Montoy, 21h.*

### DIMECRES 15 DE MARÇ

#### CONTACONTES I TALLER D'ESTAMPACIÓ DE POSTALS

Amb motiu de l'11è aniversari de la biblioteca, Mertxe París ens descobreix "per què la senyora Jensen s'ha d'agafar fort el barret!".

*Biblioteca Joaquim Montoy, 18h.*

## LA PETITA AGENDA

### DISSABTE 18 DE MARÇ

#### LA GUILLA TEATRE presenta: DRAPS

En Draps, és un ésser petit i poruc i un apassionat de la botànica. Una flor creix al seu jardí i per saber com l'ha de cuidar li serà necessari sortir del seu cau. Trobarà nous elements per créixer i aprendre del món que l'envolta. Per a nens i nenes a partir de 3 anys.

Entrades anticipades: 3€. Venda a Lo Casino del 6 al 17 de març, de 10 a 13:30h, tardes de dimarts i dijous de 17 a 19h i una hora abans de la funció.

*Lo Casino, 17h.*

### DISSABTE 18 DE MARÇ

#### 4a RUTA DE PATRIMONI "ALCARRÀS FLORIT"

Visitarem un camp de cireres amb un tècnic de *Fruites Caberol* que ens explicarà el procés d'aquesta fruita dolça i la seva comercialització, esmorzarem i anirem a veure altres arbres fruiters per fer fotos, fins acabar al Mas de Volta. Preu: 2€, autocar i esmorzar inclosos. Interessats/des apuntar-se al Casino. Places limitades.

**Punt de trobada: Plaça del Mercat a les 10h.**

Els/les assistents podran participar en el 4t Concurs de Fotografies amb INSTAGRAM #AlcarràsFlorit17#. Es poden consultar les bases a la web de l'Ajuntament i al Casino.

#### "TRANFORMAR-TE o CREMAR-TE, CRÉIXER o ENFONSAR-TE. QUE TRIES?"

Xerrada a càrrec d'Anna Serra Dolcet, psicopedagoga, terapeuta i formadora. Organitza Mestresses de Casa.

*Centre Major, 18h.*

### DIUMENGE 19 DE MARÇ

#### MATANÇA DEL PORC

Esmorzar pels socis i sòcies de la Llar de Jubilats.

*Davant de la Llar de Jubilats, 9h.*

### DIMARTS 21 DE MARÇ

#### "RIURE PER VIURE"

Xerrada a càrrec de Jordi Baiget Piqué. Activitat exclusiva per a l'alumnat de l'Aula d'Extensió Universitària d'Alcarràs.

*Centre Major, a les 17h.*

### DIVENDRES 24 DE MARÇ

#### TROBADA DEL CLUB DE LECTURA DE LA GENT GRAN

Per comentar l'obra "L'hora violeta" de l'escriptora Montserrat Roig.

*Biblioteca Joaquim Montoy, 16h.*

#### CINEFORUM: "EL BAILARÍN DEL DESIERTO" al voltant del drama

humà que suposa l'emigració forçada, amb Ares Masip i Marta Morrerres, que ens explicaran les seves vivències al camp de refugiats d'EKO (Grècia). Amb motiu dels actes del 11è Aniversari de la biblioteca, en acabar la projecció hi haurà un refrigeri per tots els assistents.

*Biblioteca Joaquim Montoy, 19h.*

### DIMECRES 29 DE MARÇ

#### BANC DE SANG

*Lo Casino, de 18 a 22h.*

#### HORA DEL CONTE

A càrrec de Anna de Dios, de la companyia PROU DE BROU.

Activitat adreçada a infants a partir de 3 anys.

*Biblioteca Joaquim Montoy, 18h.*

### DIJOUS 30 DE MARÇ

#### TALLER DE CUP-CAKES

La Mercè ens ensenyarà com fer uns cup-cakes deliciosos

*Local de l'Associació de Mestresses de Casa, 17h.*

## SESSIONS DE BALL A LO CASINO

|              |               |
|--------------|---------------|
| DIUMENGE 5   | DIUMENGE 19   |
| DUO STYLETTE | EL CAIRO      |
| DIUMENGE 12  | DIUMENGE 26   |
| ALEA TRIO    | ORGUE DE GATS |

Totes les sessions comencen a les 19h.

## EXPOSICIONS, CURSOS I ALTRES

### TALLERS

Que amb motiu del Dia de la Dona organitza l'Àrea de la Dona. Gratuïts. PLACES LIMITADES! Per inscripcions dirigiu-vos a l'Espai Social Les Roquetes (973790042) o a CCM Lo Casino (973795700) o [serveispersonals@alcarràs.cat](mailto:serveispersonals@alcarràs.cat).

### DIMARTS 7 DE MARÇ

**TALLER CREATIU** a càrrec de Pilarin Box. *Espai Social Les Roquetes, 18h.*

### DIJOUS 9 DE MARÇ

**TALLER DE DANSA - DONES EN MOVIMENT** a càrrec de GENIA UTEEVA, ballarina professional de dansa oriental i clàssica, que ens introduirà en aquesta dansa que proporciona nombrosos beneficis a nivell físic, psicològic, emocional i energètic.

*Espai Social Les Roquetes, 18h.*

### DIVENDRES 10 DE MARÇ

**TALLER DE DEFENSA PERSONAL PER A DONES** a càrrec de Sisco Aleixos, mestre de Taekwondo del Club Esportiu Taekwondo Alcarràs. Campió d'Europa de Polícies i Bombers i podi absolut d'Espanya. *Lo Casino, 20:30h.*

### CURSOS

#### CURS D'ALFABETITZACIÓ EN CATALÀ

Curs de 45 hores, amb inici previst el 6 de març. Tots els dilluns i dimecres de 19 a 22h a l'Espai Social Les Roquetes. Subvencionat. Més informació/inscripcions a Lo Casino.

#### CURS D'INICIACIÓ A LA INFORMÀTICA

Curs de 20 hores, parcialment subvencionat. Més informació/inscripcions a Lo Casino.

#### CURS DE PREVENCIÓ DE RISCOS

Curs de 30 hores, parcialment subvencionat. Més informació/inscripcions a Lo Casino.

#### CURS D'ANGLÈS

Tots els dimecres de 20 a 21:30h al local de l'Associació. Organitza l'Associació 50 i Més. Més informació al telèfon 625 061 136.

#### CURS DE CATALÀ

Tots els dilluns de 20 a 21:30h al local de l'Associació. Organitza l'Associació 50 i Més. Més informació al telèfon 625 061 136.

#### CURS DE BALLS PER PARELLES

Tots els dimarts de 20:30 a 22h a les Escoles de Baix. Organitza l'Associació 50 i Més. Més informació al telèfon 625 061 136.

#### CURS DE SARDANES

Tots els divendres de març a les 20h a l'Escola del Parc del Saladar. Activitat gratuïta. Més informació al telèfon 626 334 195.

Cursos organitzats per

### ALTRES

#### BASES CONCURSOS LITERARIS

Ja estan disponibles les bases dels diferents concursos literaris 2017, a la web de l'Ajuntament i al C.C.M. Lo Casino. Data límit per lliurar les obres: 20 de març de 2017.

#### 4r CONCURS DE FOTOGRAFIA "ALCARRÀS FLORIT"

S'han de penjar les fotografies amb el hashtag o etiqueta #AlcarràsFlorit17#. També s'hauran d'enviar les fotografies a l'adreça [patrimoni@alcarràs.cat](mailto:patrimoni@alcarràs.cat). Només s'acceptaran fotos fetes amb mòbil.

#### CONCURS JOVE - CARTELL DE LES NITS A LA FRESCA 2017

Ja estan disponibles les bases del concurs a la web de l'Ajuntament. El termini per presentar els cartells és fins el 13 d'abril.

## 1r PREMI TREBALLS DE RECERCA DE LA VILA D'ALCARRÀS

### "DR. MANEL CAMPS"

En aquest premi hi pot participar l'alumnat matriculat a 2on de batxillerat durant el curs 2016-2017.

Els treballs han d'estar relacionats amb el municipi i el seu territori. Poden versar sobre qualsevol àmbit social, econòmic, històric, lingüístic...

Termini per presentar els treballs:

**31 de març de 2017**

Podeu consultar les bases a la web o al Casino.

## PATRONAT MUNICIPAL D'ESPORTS D'ALCARRÀS

### DIUMENGE 12 DE MARÇ

#### MASTER CLASS D'ESPINNING - ALCARRÀS PEDALA PER LA IGUALTAT!

Reserva la teva bicic al Patronat Municipal d'Esports. Dos sessions de 45 min *Poliesportiu Andreu Aixalà, a les 9:30 i les 10:30h.*

### SORTIDA FAMILIAR - Toll de l'ou, Montsant

L'Associació Excursionista l'Aspardenya realitza una sortida de 10 kms i 500 m+ de desnivell. Sortida del local de l'Associació, 8:30h.

### DIVENDRES 17 DE MARÇ

#### 1ª SORTIDA BTT NOCTURNA DE LA TEMPORADA

Punt de sortida: Local de l'Associació l'Aspardenya, 21:15h.

### DIUMENGE 19 DE MARÇ

#### SORTIDA D'ESQUI DE MUNTANYA A LA VALL D'ARAN

Nivell d'iniciació, uns 8 km i desnivell entre 800 i 1000 m+ (6 o 7 hores de camí). Per assistir caldrà portar arva, també qui vulgui pot portar raquetes. Punt de sortida: Local de l'Associació l'Aspardenya, 6h.

També punt de trobada a la benzinera de Viella a les 8:30 h.

### DIUMENGE 26 DE MARÇ

#### SORTIDA BTT A LA SERRETA DE CORBINS

Nivell mitjà. Diversió assegurada i amb esmorçar de forquilla.

Sortida del local de l'Associació l'Aspardenya, 7h.

Més informació a: [aspardenya@gmail.com](mailto:aspardenya@gmail.com)

## DIUMENGE 26 DE MARÇ

### DIADA DEL PENYISTA

A les 10.30h Pedalada popular. A les 13h Vermut popular.

A les 14h dinar (venda de tiquets, 10 de març de 19:30 a 21h a Lo Casino. Preus: 12 € adults/8 € infantil). Després del dinar activitats diverses per a totes les edats. No us ho perdeu! Us hi esperem!!! Organitza l'Associació Cultural de Penyistes d'Alcarràs.

Totes les activitats tindran lloc davant del Pavelló Polivalent.

Més informació: Centre Cultural Municipal "Lo Casino" 973795700.

Horari atenció al públic:

Tots els matins de 10 a 13.30h.

Tardes: dimarts i dijous de 17 a 19h.



# AGENDA ALCARRÀS



# MARÇ 2017