



ESTIU JOVE

tgn

2025 · 2025
JULIOL · AGOST · SETEMBRE

Més info i inscripcions a www.tarragonajove.org



ÍNDEX

ACTIVITATS EDUCATIVES

. SUMMER WEEKS	3
. LABORATORIS DE CREACIÓ JOVE	16
. ESPORTS I AVENTURA	24
. TEATRE I DANSA	31
. CIRC I MÀGIA	38
. MÚSICA.....	40
. IDIOMES, COMUNICACIÓ I CREACIÓ LITERÀRIA.....	43
. CINEMA, ARTS PLÀSTIQUES I VISUALS	46
. INFORMÀTICA I INTERNET	51
. CUINA	55
. TREBALL I EDUCACIÓ	57
. SALUT	60
. CAIXA D'EINES	63

ACTIVITATS CULTURALS

EXPOSICIONS	66
FESTIVAL SOTA LA PALMERA	68
INFORMACIÓ D'INTERÈS	71



SUMMER WEEKS

SUMMER WEEK JOVE EXPRESS LLEURE EDUCATIU I MÉS!

De dilluns a divendres | de 18 a 20 h | de 12 a 17 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït amb inscripció prèvia

Torn 1 - Del 25 al 27 de juny	Lleure i Autoconeixement
Torn 2 - Del 30 de juny al 4 de juliol	Lleure i Torneig Blue Lock
Torn 3 - Del 7 al 11 de juliol	Lleure i Haikyu - voleibol
Torn 4 - Del 14 al 18 de juliol	Lleure i Pensament crític
Torn 5 - Del 21 al 25 de juliol	Lleure i jocs de taula i rol
Torn 6 - Del 28 de juliol a l'1 d'agost	Lleure i Cultura manga
Torn 7 - Del 4 al 8 d'agost	Lleure i Cuina

Programació variada de jocs, activitats, tallers i exercicis del tot dinàmics fins arribar a despertar i materialitzar racons amagats de la teva imaginació. Enguany cada Summer week Jove Express constarà de 3 dies d'activitats de Lleure i 2 dies de l'àmbit escollit en aquella setmana. Entra al nostre lloc web i busca el torn que t'agradaria realitzar per trobar més informació de les accions que es desenvoluparan.



SUMMER WEEK JOCS DE TAULA I CARTES COL- LECCIONABLES

NOVETAT!

Del 25 al 27 de juny
de 10 a 14 h i de 12 a 35 anys
Dimecres 25 de juny es realitzarà
la presentació a les 9.30 h
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Màgic Events

T'agraden els reptes, les estratègies
i els mons fantàstics? Endinsa't du-
rant tres dies en l'univers dels jocs
de taula moderns i dels TCG (jocs de
cartes col·leccionables) amb activi-
tats dinàmiques, guiades i 100% par-
ticipatives!

Descobrirem títols com *Sushi Go!*,
Exploding Kittens, *Unstable Unicorns* i
aprendrem a jugar a jocs de cartes com
Magic: The Gathering, *One Piece Card*
Game o *Disney Lorcana*. Tant si no has
jugat mai com si vols millorar les te-
ves estratègies, aquest és el teu espai.

Prova, aprèn i juga amb material ori-
ginal, persones expertes i un ambient
on el joc és molt més que entreteni-
ment: és una manera de pensar, com-
partir i imaginar.



SUMMER WEEK ASTROKESSÉ

NOVETAT!

Del 25 al 27 de juny
de 22 a 23.59 h i de 16 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Carlos Uriarte

Aquest estiu, prepara't per viure una
aventura còsmica com mai abans! Amb
l'ajuda d'un telescopi astronòmic
professional, descobrirem els secrets
del cel nocturn: galàxies llunyanes,
cúmuls d'estrelles i nebuloses de co-
lors fascinants.

Una experiència guiada pel divulgador
astronòmic Carlos Uriarte (Youtube:
Astroterrat), plena de curiositats i
sorpreses, on aprendràs a reconèixer
constel·lacions i a observar el firma-
ment com mai abans ho has fet.

SUMMER WEEK LABORAL L'ACCELERADORA PER TROBAR FEINA!

NOVETAT!

Del 30 de juny al 4 de juliol
de 9.30 a 12.30 h i de 16 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec del Programa de Suport
a l'Ocupació Juvenil, impulsat
pel Servei Públic d'Ocupació de
Catalunya i finançat pel FSE Plus
de Catalunya 2021 - 2027

Vine a la summer week laboral i aprèn
totes les claus per trobar treball en
una setmana: farem un currículum que
cridi l'atenció i et posicioni respecte
les altres persones candidates, expli-
carem els principals canals per trobar
feina, aprendràs a superar les entre-
vistes de treball amb èxit i... molt més!

Posa't les piles i prem l'accelerador
en la recerca de feina!

Requisits de participació: comprensió
de l'idioma (català/castellà) i habi-
litats informàtiques a nivell usuari.

SUMMER WEEK INICIACIÓ AL TEATRE

Del 30 de juny al 4 de juliol
Espai Jove Kesse
Gratuït amb inscripció prèvia

Joves de 12 a 17 anys
de 10 a 12 h
A càrrec de Pep Linares

Joves de 16 a 35 anys
de 10.30 a 12.30 h
A càrrec de Cesar Candilejo

Aquest curs està enfocat a aquelles
persones que vulguin endinsar-se en
el món de la interpretació actoral,
conèixer i desenvolupar les eines que
ens permeten interpretar a través
del llenguatge teatral: veu, expres-
sió corporal, creació de personatges...



SUMMER WEEKS

SUMMER WEEK MÚSICA I ELEMENTS EXPERIÈNCIA IMMERSIVA

NOVETAT!

Del 30 de juny al 4 de juliol |
de 16:30 a 20.30 h | de 16 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Tina Riba i Berta Sha

Un viatge d'autoconeixement i apoderament mitjançant música punxada in situ, en directe i escoltada amb cascs.

Viatge submari al nostre interior per tal de poder després sortir enfora, relacionar-nos i vincular-nos des d'un nou lloc.

"Conèixer a altres persones és intel·ligència, conèixer-se a una mateixa és saviesa. Manejar les altres persones és força, manejar-se a una mateixa és poder" – Tao Te Ching



SUMMER WEEK CANT CORAL

Del 30 de juny al 4 de juliol |
de 19:15 a 20.45 h | de 16 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

Dijous 3 de juliol | de 18.45 a 20.15 h
Capella de Santa Tecla la
Vella - Catedral de Tarragona

A càrrec de Carla Cruells

Activitat de cant coral on es treballa la tècnica vocal, el ritme, l'afinació i viure l'experiència d'unir les veus fent una sola veu, compartint i creant música.

Dijous, 3 de juliol, s'anirà a la capella de Santa Tecla la Vella de la Catedral de Tarragona a veure l'exhibició-concert de la coral Gaia Gospel.

► Exhibició final al Cicle Margalló:
dijous 8 de juliol a les 20 h

SUMMER WEEKS

SUMMER WEEK RENÉIXER TÈXTIL: TRANSFORMA LA TEVA ROBA AMB ART I ÀNIMA

NOVETAT!

Del 7 a l'11 de juliol |
d'11.30 a 13.30 h | de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Susana Miranda

Dóna una segona vida a la teva roba i transforma-la en una peça única i amb significat! En aquest taller creatiu descobriràs com reutilitzar i personalitzar les teves peces de roba amb tècniques com la pintura tèxtil, la serigrafia, els pegats i els retalls japonesos (*boro*, *sashiko*), inspirant-nos en l'estètica artesanal del Japó i el moviment *slow fashion*.

A més de crear, també reflexionarem sobre el consum de moda, la *fast fashion* i com podem vestir d'una manera més conscient, creativa i sostenible.

No cal experiència prèvia, només una peça de roba que vulguis transformar i moltes ganes de crear!

SUMMER WEEK ESCRITURA CREATIVA

Del 7 a l'11 de juliol |
d'11 a 13 h | de 12 a 24 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec d'Ingrid Ventura

El taller s'adreça a joves que vulguin endinsar-se en el món de la creació literària amb l'objectiu de fer el pas de començar a escriure les seves pròpies històries i compartir-les. També es pretén trencar el mite de la persona escriptora introvertida i potenciar la lectura de textos en veu alta. Ho coordinarà: Escola de Lletres de Tarragona.



SUMMER WEEK PHOTOFRESH!

NOVATAT!

Del 7 l'11 de juliol |
de 18 a 20 h | de 16 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Carlos Uriarte

T'agrada fer fotos però vols anar més enllà dels *selfies* i les *stories*? Tant si tens un mòbil com una càmera DSLR, aquest taller és per a tu! Durant cinc dies aprendrem a dominar la llum, l'enquadrament, els filtres i els trucs que converteixen una imatge qualsevol en una fotografia espectacular.

Explorarem la ciutat amb mirada creativa, jugarem amb l'edició i descobrirem com transmetre emocions amb una sola imatge. Una activitat pensada per refrescar el teu estil fotogràfic aquest estiu, envoltat de bon rotllo i passió per la imatge.

No cal tenir experiència prèvia, només ganes de capturar el món amb una nova mirada.

Requisits de participació: mòbil amb càmera o càmera de fotos.



SUMMER WEEK CIRC I ALTRES BESTIESES

Del 14 al 18 de juliol |
de 9.30 a 11.30 h | de 12 a 35 anys
Espai Jove La Palmera | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Passabarret

Arriba l'oportunitat de ser la persona més bèstia, fer acrobàcies agosades, equilibris intrèpids, manipular malabars i altres andròmines, descobrir la valentia i la seguretat en tu mateixa. T'agrada el circ?



SUMMER WEEK BOOTCAMP DE CREACIÓ DE VIDEOJOC AMB REALITAT VIRTUAL

NOVATAT!

Del 14 al 18 de juliol |
d'11 a 14 h | de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec d'Espacia

Descobreix com es creen els videojocs! En aquest *bootcamp* t'endinsaràs en el món del desenvolupament de videojocs d'una manera pràctica, creativa i divertida. Utilitzant *Unity* i una base prèviament creada, desenvoluparàs un videojoc amb realitat virtual amb el teu equip. No calen coneixements previs —només ganes d'aprendre, crear i passar-s'ho bé. Una porta d'entrada al món dels jocs i la tecnologia!

SUMMER WEEK TÈCNiques GRAFICOPLÀS- TIQUES

NOVATAT!

Del 14 al 18 de juliol |
de 16.30 a 18.30 h | de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Xènia Oliver

En aquest taller de tècniques gràficoplàstiques, explorarem diferents formes d'expressió artística a través de materials i tècniques diverses. Al llarg de diversos dies, cada sessió estarà dedicada a una tècnica específica, com el dibuix amb carbó, pintar amb aquarel·les, pastels, bolígraf Bic, tèmperes... Mitjançant exercicis pràctics, descobrirem les característiques i possibilitats creatives de cada tècnica, fomentant l'expressió personal i la combinació de materials per aconseguir resultats originals. Un taller ideal per aprendre diverses tècniques i desenvolupar el costat creatiu!



SUMMER WEEKS

SUMMER WEEK CINEMA

Del 14 al 18 de juliol
de 12 a 35 anys

14 al 16 de juliol | 18.30 a 20.30 h
17 i 18 de juliol | 17.30 a 20.30 h
Espai Jove Kesse i espai públic
(per enregistraments) | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Cesar Candilejo

Taller per a la realització d'un curtmetratge express d'uns 4 minuts. S'aprendran nocions bàsiques d'història del cinema, guió i realització. De manera teòrica i pràctica, s'aplicaran aquests coneixements a l'escriptura i realització d'un breu curtmetratge amb els recursos adquirits per a la realització dels propis projectes. Es generarà un equip de rodatge on cada jove tindrà el seu rol davant o darrere de les càmeres.



SUMMER WEEKS

SUMMER WEEK CODICRACK

NOVATAT!

Del 21 de juliol a l'1 d'agost |
de 9.30 a 12.30 h i de 12 a 17 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec d'UPC School

Aquest estiu arriba una proposta educativa i divertida per a joves de 12 a 17 anys que volen entendre millor el món digital. Durant dues setmanes, treballarem temes com l'ús responsable de la tecnologia, la identitat digital, la comunicació en línia i el pensament crític davant de la informació que consumim i compartim a internet.

A través d'activitats pràctiques, dinàmiques i creatives —com la creació de pòdcasts, còmics o campanyes digitals— aprendrem a protegir-nos en entorns digitals, comunicar-nos amb respecte i identificar notícies falses. L'objectiu és donar les eines per esdevenir persones usuàries actives, crítiques i responsables de la tecnologia. Desenvoluparàs eines per moure't amb seguretat per la xarxa, expressar-te amb creativitat i participar d'una manera respectuosa i conscient en la societat digital.

El programa està impulsat per la Direcció General d'Atenció a la Infància i l'Adolescència (DGAIA) i s'emmarca en el programa 'Competències Digitals per

a la Infància (CODI)' del Pla de Recuperaçió, Transformació i Resiliència (PRTR) de la Unió Europea, i finançat pels Fons Next Generation de la Unió Europea.

SUMMER WEEK *LIFE EXPERIENCE!* JOVES PROSALUT

NOVATAT!

Del 21 al 25 de juliol |
de 10 a 14 h i de 12 a 16 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec del departament de Salut Pública de l'Ajuntament de Tarragona, IMSST, h2o, departament d'Igualtat (SAI) i Oficina Jove del Tarragonès

Apunta't a una setmana inoblidable i emocionant amb la summer week *Life experience*. Aprèn habilitats saludables i millora el teu benestar físic i mental en un entorn segur i ple d'amics i amigues, posant a prova la teva agilitat amb divertides gimcanes.

Desconnecta de la rutina, fes exercici i viu experiències úniques que et faran créixer.

No t'ho perdis, l'aventura comença aquí! Fes d'aquest estiu una experiència transformadora i plena de records inoblidables.

Prepara't per a la millor aventura de la teva vida!



SUMMER WEEK *LINK A DOGS*

Del 21 al 25 de juliol |
de 9 a 12 h | de 12 a 17 anys
Espai Jove La Palmera i
protecció d'animals Reus |
Gratuït amb inscripció prèvia

A càrrec d'Àlexia Piedrola

Vols aprendre més sobre els gossos? Durant cinc dies coneixerem, juntament amb ells, quines són les seves necessitats i què podem fer per tenir una bona convivència amb ells. Aprendrem el llenguatge caní, el qual és molt important per poder entendre'ls. Posarem en pràctica diferents esports i jocs amb els gossos i aprendrem com gaudir del temps lliure amb ells.

Finalment, no ens oblidarem de contribuir d'una manera molt especial a millorar la situació d'abandonament de molts gossos que tenim a les nostres proteccions d'animals.

El divendres 25 de juliol es realitzarà la visita a la protecció d'animals de Reus.

SUMMER WEEK INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL I CREACIÓ D'APPS (LOW CODE)

NOVETAT!

Del 21 al 25 de juliol |
de 16 a 19 h | de 12 a 17 anys

Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec d'eSTEAM Education

Al llarg d'aquesta setmana, els i les participants exploraran dues àrees tecnològiques de gran impacte: la intel·ligència artificial i la creació d'aplicacions. Aprendran a utilitzar eines d'IA per generar imatges, textos i altres continguts, tot experimentant amb les seves aplicacions pràctiques.

Paral·lelament, treballaran amb Bit·bloq App per desenvolupar aplicacions de manera intuïtiva i visual, sense necessitat de coneixements avançats de programació. A través d'activitats pràctiques podran experimentar amb IA i alhora desenvolupar les seves pròpies apps.

A més, es farà èmfasi en l'ús responsable i ètic de la IA, i es promourà una comprensió crítica dels seus límits, possibles biaixos i impactes socials.

SUMMER WEEK RADIOFÒNIC

Del 22 al 25 de juliol |
de 16 a 18.30 h | de 14 a 35 anys
Tarragona Ràdio (Avinguda
Roma, 5b, 1r -1a) | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Marina Pérez

Entra al món de la ràdio i el podcast amb el nostre taller especialitzat! Durant les diferents sessions, aprendràs les nocions bàsiques per elaborar un podcast de qualitat. Descobreix com editar àudios de manera professional, els equips i eines necessàries per gravar, i els diferents programes de muntatge disponibles. A més, et donarem consells essencials per crear un producte atractiu i exitós. Vine a aprendre, divertir-te i compartir la teva veu amb el món!

Hi col·labora: Tarragona Ràdio

SUMMER WEEK CUINA PER A SOBREVUIRE

Del 28 de juliol a l'1 d'agost |
d'11 a 13 h | de 12 a 17 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de No Cuino

Arribes a casa de l'institut o la universitat i et vols preparar un bon dinar i no saps què fer? Doncs durant aquesta setmana t'ensenyarem a so-

breviure amb tot allò que segurament puguis trobar a la teva nevera o rebost. A partir d'ara la teva família voldrà que cuinis sempre!

SUMMER WEEK INICIACIÓ A L'UKELELE

NOVETAT!

Del 28 de juliol a l'1 d'agost |
d'11 a 13 h | de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de L'Escola Mítos

T'agradaria aprendre a tocar l'ukelele des de zero i poder acompanyar-te mentre cantes? Aquesta setmana ens endinsarem en aquest instrument petit però ple de possibilitats!

Aprendràs a afinar, col·locar els dits, fer els primers acords i tocar cançons senzilles que coneixes. Tot en un ambient relaxat, creatiu i col·laboratiu, on l'objectiu és passar-s'ho bé mentre es fa música.

*Cal portar ukelele propi.



SUMMER WEEK STEAM

Del 28 de juliol a l'1 d'agost |
de 16 a 19 h | de 12 a 17 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec d'eSTEAM Education

Aquesta activitat és una experiència immersiva pensada per a joves amb ganes de descobrir, experimentar i crear a través d'activitats pràctiques i dinàmiques que combinen ciència, tecnologia, enginyeria, art i matemàtiques.

A partir de reptes reals, esdevindràs protagonista del teu propi aprenentatge, utilitzant eines digitals, materials de construcció, programari de disseny i plataformes de programació.

Durant cinc dies, crearàs projectes tecnològics i artístics com videojocs, avatars digitals, dissenys 3D o experiments científics, treballant tant individualment com en equip. Aquesta setmana fomenta la curiositat, la capacitat d'anàlisi, la resolució de problemes i l'autonomia, tot en un ambient lúdic i col·laboratiu.

SUMMER WEEK INICIACIÓ AL K-POP

NOVETAT!

Del 4 al 7 d'agost |
de 10 a 12 h | de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Noa Ramos

T'agrada ballar, descobrir música nova i viure l'energia d'una cultura vibrant? El K-Pop és molt més que un estil musical: és una explosió de ritme, estil, coreografies i passió que mou a milions de persones arreu del món.

Durants aquests 4 dies aprendrem els passos bàsics de coreografies icòniques, coneixerem l'estètica i l'univers del K-pop i ens divertirem molt.

No cal experiència prèvia, només ganes de passar-s'ho bé, moure el cos i formar part d'una *crew* per una setmana!

► **Activitat inclosa dins de La Korean Vibes Week!** Es realitzarà exhibició durant la tarda del dijous 7 d'agost a l'Espai Jove La Palmera.

SUMMER WEEK MULTIVELA

NOVETAT!

Del 4 al 8 d'agost |
de 9 a 14 h | 12 a 17 anys
Club de Vela Platja Llarga |
Gratuït amb inscripció prèvia

A càrrec de Club de Vela Platja Llarga

Ideal per a joves que vulguin iniciar-se o aprofundir en la navegació a vela en les seves diferents modalitats, tot gaudint del mar i de totes les possibilitats lúdiques i esportives que ens pot oferir. Activitats de catamarà, patí català, windsurf, teoria de vela, tallers de nusos i travessia.

SUMMER WEEK INICIACIÓ A LA LLENGUA JAPONESA

Del 4 al 8 d'agost |
de 17.30 a 19.30 h | 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec d'Àngel Fco. Monedero

Curs intensiu de llengua japonesa per tal d'aproximar els i les alumnes als sil·labaris *hiragana* i *katakana*, als adjectius i verbs més freqüents, al vocabulari japonès i a l'escriptura amb *kanjis*. La immersió necessària per animar-te a descobrir els trets més característics de la llengua japonesa.



LABORATORIS DE CREACIÓ JOVE

LABORATORI DE MÀGIA AMB NOUS TRUCS

Dimecres i dijous, 25 i 26 de juny | de 12 a 13.30 h | de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse |
Gratuit amb inscripció prèvia

A càrrec de Mag Gerard

Et fascina el món de la màgia i els trucs sorprenents? Somies amb deixar a les teves amistats i familiars bocabadats amb les teves habilitats màgiques? Aquest laboratori amb nous jocs de màgia és el lloc perfecte per a transformar aquests somnis en realitat. Aprèn els secrets de grans mags i magues i desenvolupa les teves pròpies rutines màgiques.

- ▶ **Exhibició final al "Festival Sota La Palmera": Nit de la màgia.** Dijous 26 de juny a les 21 h.

Ho coorganitza: Festival Internacional Teatre Màgic

"BALLAREM QUAN PASSI LA TEMPESTA"

NOVETAT!

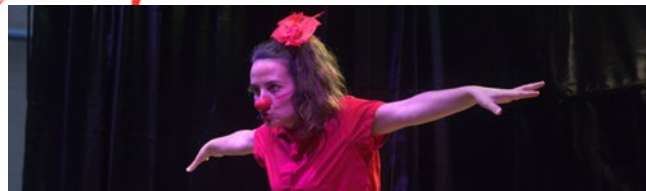
LABORATORI EXPERIMENTAL DE MOVIMENT I RITME

EXHIBICIÓ I CONVERSA

Divendres, 27 de juny | 17 h | a partir de 14 anys
Teatre Tarragona |
Gratuit amb inscripció prèvia

A càrrec de Kike Labián i Nico Bordàs

En un sistema en polícrisi, on la mort és el leitmotiv dels informatius i milers d'espècies desapareixen cada any, parlar d'"extinció" només com una opció pot ser un exercici tant d'optimisme com de nostàlgia. Petites extincions succeeixen en ecosistemes i societats, i la nostra tasca és resistir-les, honorar el seu dolor i imaginar nous futurs.



L'antropòloga Anna Tsing, a "El bollet de la fi del món", explora com el fong *matsutake* simbolitza la vida en un planeta devastat pel capitalisme, mostrant formes de supervivència i col·laboració entre espècies. A través d'històries interconnectades, reflexiona sobre la possibilitat de vida més enllà del progrés industrial.

Al llarg del nostre laboratori, reflexionarem sobre quins *matsutakes* existeixen a Tarragona, què hem perdut i què podem descobrir gràcies a ells per, a través de dinàmiques de moviment i ritme, imaginar futurs desitjables de la nostra realitat que ens facin recuperar allò que transcedeix qualsevol metodologia: l'esperança.

- ▶ **A les 18.30 h es realitzarà una exhibició i conversa amb la participació de Kike Labian, Nico Bordàs, Roger Conesa i Esperanza Cobo. Modera i condueix: Enric García Jardí**

Ho coorganitza: Departaments de Cultura i Cooperació de l'Ajuntament de Tarragona en el marc del cicle Cultura o Extinció.

LABORATORI DE PALLASSADES INTRODUCCIÓ AL CLOWN

De dilluns a dimecres, del 7 al 9 de juliol | de 17 a 19.30 h | de 12 a 35 anys | Espai Jove Kesse
Gratuit amb inscripció prèvia

A càrrec de NunnyG (Cia Dosdetres)

Pallasses i pallassos viuen entre nosaltres i, fins i tot, dintre nostre. A través d'aquest taller, podràs experimentar de prop la ingenuïtat, la innocència i l'humor que caracteritzen el *clown*. Treballarem la desinhibició, el joc i l'acceptació del fracàs, explorant el món interior del personatge a través de totes les emocions. Uneix-te i deixa que el teu costat més espontani i divertit surti a la llum! A més a més, podràs actuar en un espectacle!

- ▶ **Exhibició final al "Festival Sota La Palmera": Nit de Pallasses.** Dijous, 10 de juliol a les 21 h.

Ho coorganitza: Cia Dosdetres

LABORATORI DE DANSA I LLIURE MOVIMENT

De dilluns a dijous,
del 14 al 17 de juliol i
de 10 a 13 h i de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de La Imperfecta dansa

Quatre dies per gaudir de la dansa com a canal expressiu de les nostres emocions, per fer servir el propi moviment com a eina creadora. Un espai per fomentar la creativitat i la lliure expressió, descobrint-se a un mateix/a, concedint permís per a ballar amb passió, oblidant la imitació i traient la pròpia personalitat.

- **Exhibició final al Festival Sota La Palmera: Nit de La Dansa. Dijous, 17 de juliol a les 21 h.**

Ho coorganitza: La Imperfecta dansa

LABORATORI DE CREACIÓ “LA MOIXONERA”

NOVETAT!

De dilluns a dijous, del 14 al 17
de juliol i de 17 a 20 h i
de 16 a 30 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de La Moixonera

Tens entre 12 i 25 anys i ets una persona creativa? Tens experiència bàsica en dansa, teatre o expressió corporal?

Aquesta és l'oportunitat per explorar el teu cos, la teua veu i l'espai, i crear una peça autèntica i arriscada en col·laboració amb altres joves. Uneix-te al nostre taller de creació col·lectiva i forma part d'un procés creatiu que culminarà amb l'estrena d'una obra especial durant la Nit de la dansa del Festival Sota La Palmera. A més, serà la porta d'entrada per ser part activa de La Moixonera en el futur, si t'agrada el procés.

- **Exhibició final al Festival Sota La Palmera: Nit de La Dansa. Dijous, 17 de juliol a les 21 h.**

Ho coorganitza: La Moixonera i Tarragona Cultura

LABORATORI DE FOLK

NOVETAT!

De dilluns a dijous,
del 21 al 24 de juliol i
d'11 a 13 h i de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de That's all folk's

T'agrada la música en viu i ballar sense parar? Vine al Laboratori de folk i descobreix l'energia i la diversió de les danses tradicionals europees!

Aprendrem i posarem en pràctica les dances que podem trobar a les ballades folk d'arreu d'Europa com el xotis, cercles circessians, *bourrées*, tarantelles, polques, valsos, jotes i molt més. Tant si tens experiència com si només tens ganes de moure't i passar-ho bé, aquest taller és per a tu.

- **Exhibició final al Festival Sota La Palmera: Nit del Folk. Dijous, 24 de juliol a les 21 h.**

Ho coorganitza: That's all folk's

LABORATORI DE RAP

De dilluns a dijous,
del 28 al 31 de juliol i
de 18.30 a 20.30 h i de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Versembrant

Durant quatre dies, joves amb ganes d'expressar-se a través del rap es trobaran per compartir vivències, escriure lletres, explorar ritmes i descobrir el poder de la paraula com a eina de transformació i resistència. Aquest laboratori, conduït per artistes de l'escena local, és un espai creatiu on cada participant podrà desenvolupar la seva pròpia veu i formar part d'una peça col·lectiva única.

El resultat final es presentarà en directe com a obertura del concert de Mass is like & Boris B, dins la programació del Festival Sota La Palmera. Un escenari obert a la cultura urbana, l'expressió lliure i la força del col·lectiu.

Ho coorganitza: Versembrant

- **Exhibició final al Festival Sota La Palmera: Nit del Rap. Dijous, 31 de juliol a les 21 h.**



la moixonera
creació escènica comunitària

2025/2026

Un espai segur per crear, experimentar i fer xarxa amb altres joves de la ciutat a través de les arts escèniques.

D'octubre a maig · Cada dimarts
Centre Cultural Antic Ajuntament + espais públics.

- 🌟 Laboratori escènic
- 🌟 Formació en mediació cultural
- 🌟 Tallers amb professionals de les arts escèniques

Gratuït i amb acompanyament professional.
Si vols sumar-t'hi, escriu-nos a fescultura@tarragona.cat.

tastet d'estiu

Espai Jove Kesse

14, 15, 16 i 17 de juliol de 17 h a 20 h

Gratuït amb inscripció a tarragonajove.org.

Més info:



LABORATORI DE K-POP NIVELL INTERMIG

NOVETAT!

De dilluns a dijous, del 4 al 7 d'agost
l de 16 a 18 h l de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse l Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Second home

Tens una base de K-Pop i vols portar-la al següent nivell? Aquest laboratori de K-Pop per a joves amb experiència prèvia és per a tu!

És imprescindible tenir una base de dansa K-Pop, ganes de compromís i treball en equip.



- ▶ Activitat inclosa dins de La Korean Vibes Week! Exhibició final al Festival Sota La Palmera: Nit de K-Pop. Dijous, 17 de juliol a partir de les 18.30 h.

Ho coorganitza: Second Home

KOREAN VIBES WEEK!

NOVETAT!

La KVV és una proposta cultural i formativa adreçada a adolescents i joves que volen endinsar-se en la cultura contemporània de Corea del Sud. Durant una setmana, l'Espai Jove Kesse i l'Espai Jove La Palmera es convertiran en un punt de trobada per descobrir, experimentar i vibrar amb activitats vinculades al món del K-Pop, la llengua, la gastronomia i les arts marcials coreanes, entre altres.

SUMMER WEEK INICIACIÓ AL K-POP

Del 4 al 7 d'agost l de 10 a 12 h l de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse l Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Noa Ramos
+ info pàg 14 Summer Weeks

LABORATORI DE K-POP NIVELL INTERMIG

De dilluns a dijous, del 4 al 7 d'agost l de 16 a 18 h l de 12 a 35 anys l Espai Jove Kesse l Gratuït amb inscripció prèvia

A càrrec de Second Home

TALLER K-BEAUTY SKINCARE COREÀ I AUTOCURA

Dilluns, 4 d'agost | de 12 a 14 h |
Espai Jove Kesse | de 12 a 35 anys

A càrrec de Minji Korean Cosmetics
i Oficina Jove del Tarragonès

TALLER D'INICIACIÓ AL TAEKWONDO

Dilluns, 4 d'agost | de 18 a
20 h | de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Maestre Alejandro
Cha 6 Dan Kukkiwon

K-HOOT! JUGA I APRÈN!

Dimarts, 5 d'agost | de 17 a 19 h |
Espai Jove Kesse | de 12 a 24 anys

A càrrec de dinamització juvenil
de l'Espai Jove Kesse

TALLER DE K-STREET FOOD

Dimecres, 6 de d'agost |
de 12 a 14 h |
a partir de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Changruo Bao

K-GAMES JOCS POPULARS COREANS

Dimecres, 6 d'agost | de 17 a 19 h |
Espai Jove Kesse | de 12 a 24 anys

A càrrec de dinamització juvenil
de l'Espai Jove Kesse

TALLER D'INICIACIÓ AL COREÀ

Dijous, 7 d'agost |
de 12 a 14 h | de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Changruo Bao

EXHIBICIÓ DE K-POP DANCE COVERS I CANTANTS

Dijous, 7 d'agost |
de 18.30 a 20 h | de 12 a 35 anys
Espai Jove La Palmera | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de col·lectius de joves i
dinamització de l'Espai Jove Kesse

K-POP RANDOM PLAY

Dijous 7, d'agost |
de 20 a 21 h | Tots els públics
Espai Jove La Palmera | Gratuït
sense inscripció prèvia

A càrrec de Sylvia Molina

K-POP BOYBAND. RISIN'STAR

Dijous 7, d'agost |
a les 21 h | Tots els públics
Espai Jove La Palmera | Gratuït
sense inscripció prèvia



MASTERCLASS DE K-POP + MEET&GREET AMB TAMI TAMAKO

Divendres, 8 d'agost |
de 10 a 12.30 h | de 12 a 35 anys
Espai Jove La Palmera | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Tami Tamako (@tamtamako)

WORKSHOP DE K-POP

Divendres, 8 d'agost |
de 16 a 18 h | de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Sylvia Molina

ESPORTS I AVENTURA

SUMMER WEEK JOCES DE TAULA I CARTES COL- LECCIONABLES

NOVETAT!

Del 25 al 27 de juny |
de 10 a 14 h i de 12 a 35 anys
Dimecres 25 de juny es realitzarà
la presentació a les 9.30 h
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Màgic Events

+ info pàg 4 Summer weeks

TALLER D'INICIACIÓ AL TAEKWONDO

Dilluns 4 d'agost | de 18 a 20 h i
de 12 a 35 anys | Espai Jove Kesse
Gratuït amb inscripció prèvia

A càrrec de Maestre Alejandro
Cha 6 dan Kukkiwon

Vols descobrir un art marcial que
combina força, equilibri, disciplina i
autocontrol? En aquest taller, apren-
dràs les bases d'aquesta disciplina
coreana de manera pràctica, diverti-
da i segura.

Conèixeràs moviments bàsics de de-
fensa i atac, treballaràs la coordi-
nació, la concentració i la confiança
en tu mateix/a. El taller estarà guiat
per una persona instructora especia-
litzada, que t'introduirà en el món del
taekwondo amb tècniques adaptades
per a joves.

Porta roba còmoda i aigua... i prepa-
ra't per activar cos i ment!

INICIACIÓ A LA CAPOEIRA

Dissabtes 5, 12 i 19 de juliol |
19 a 20.30 h i de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Luis Renato Vaqueiro

La capoeira és una manifestació cul-
tural que neix al Brasil. En l'actuali-
tat, considerada patrimoni immaterial
de la humanitat, s'ha transformat en
l'esport originari del país.

És considerada una lluita, una defen-
sa, que utilitza la música i el cant,
que millora l'equilibri i es practica
en comunitat. Una disciplina que aju-
da a les persones a superar les seves
limitacions, millorar la seva salut i a
descobrir una altra cultura.

ACTIVITATS MULTI- ESPORTIVES

Del 7 a l'11 de juliol |
de 10 a 11.30 h | Centre
Cívic de Bonavista

Del 14 al 18 de juliol |
de 10 a 11.30 h | Centre
Cívic de Torreforta

De 12 a 18 anys | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Dídac Martínez

Vols conèixer totes les opcions per a
la pràctica de l'esport que l'espai pù-
blic et pot oferir? Vine a aquest ta-
ller i passa la tarda més divertida
alhora que fas esport amb l'acompa-
nyament de persones especialitzades
en *street workout* i cal·listènia, en-
treteniment funcional, jocs i gimcanes...

Ho coorganitza: Xarxa de Centres Cívics



BATEIG DE MAR

Torn 1: dimarts, 8 de juliol | 10.30 h

Torn 2: dimarts, 15 de juliol | 10.30 h

Torn 3: dimarts, 22 de juliol | 10.30 h

Torn 4: dimarts, 29 de juliol | 10.30 h

de 16 a 35 anys | Port de Tarragona i platja del Miracle
10 € / 5 € (amb carnet Tarragona Jove)

A càrrec de Subkra, centre de busseig

Dins del món del busseig, el bateig de mar és l'inici i la forma ideal de provar el submarinisme. L'activitat consta d'una part teòrica amb l'explicació del material, normes de seguretat i senyals per comunicar-nos; i un altra pràctica a la platja per conèixer de primera mà la vida sota l'aigua.

ZUMBA D'ESTIU

Torn 1: 9 de juliol a les 19 h. Espai Jove La Palmera

Torn 2: 23 de juliol a les 19.30 h. Parc del Francolí

de 12 a 35 anys | gratuït amb inscripció prèvia

Posa't en forma aquest estiu. Uneix-te a nosaltres per una sessió plena d'energia, ball i diversió, on podràs aprendre els moviments més energètics i gaudir de la millor música. Tant si ets una persona experta en zumba com si és la teva primera vegada, aquest taller és perfecte per a tothom. Vine a moure el cos, conèixer gent nova i passar-t'ho bé mentre fas exercici a l'aire lliure. No et perdis aquesta oportunitat de ballar i mantenir-te en forma.

Hi col·labora: Royal Tarraco



TALLER D'INICIACIÓ AL JUDO

Dimecres, 23 de juliol |
de 17.30 a 19.30 h | de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Club de judo Dojo Tarraco

A través de les diferents tècniques de judo, treballarem per a aprendre estratègies de defensa personal, amb recursos dissuasius per a situacions de perill.

Es treballaran les distàncies, desplaçaments, defenses de cops, controls de sòl, maneres de caure per a no lesionar-se i projeccions.

ESCAPE ROOM AL CARRER PER QUÈ HI HA UN PLATET VOLADOR A LA PLAÇA DE LES SARDANES?

NOVETAT!

Dissabte, 2 d'agost | de 18 a 21 h
Plaça de les Sardanes de
Sant Pere i Sant Pau | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Gaudire.
Jocs tecnologia i contingut creatiu

T'arriba una missió intergalàctica! Una nau alienígena ha aterrat enmig de La Plaça de les Sardanes de Sant Pere i Sant Pau i només vosaltres, com a equips d'exploració terrestre, podreu resoldre el misteri que amaga. Enigmes, música, personatges, proves amb realitat augmentada i molt d'humor us esperen en aquest escape room al carrer apte per a totes les edats.

Una activitat immersiva i col·laborativa amb tecnologia d'avantguarda, tauletes digitals, altaveus per equip i un aplec espectacular que inclou un platet volador inflable gegant.



ENIGMES NOCTURNS

8a EDICIÓ DE LES IRREGULARS DE PILON'S STREET

Un estiu més, l'agència de detectius Sherlock Ltd torna a rebre expedients policials de casos no resolts. Es necessita de nou l'ajuda de Les irregulars de Pilon's Street per posar llum a la foscor. Els nous casos ens portaran a descobrir espais, misteris o històries de Tarragona i s'afegirà la temàtica de la celebració dels 25 anys de Tarragona com a Patrimoni de la Humanitat. A càrrec d'Auriga, Serveis Culturals

EPISODI 10X01 PARLANT AMB LES PARETS

Dimarts, 8 de juliol | 21 h |
a partir de 16 anys
Pilon's Street. Carrer de Comte
| Gratuït amb inscripció prèvia

Les Irregulars de Pilon's Street es reuneixen de nou a la ciutat per tal d'enfrontar-se al seu primer cas. La Part Alta amaga inscripcions i marques d'època romana a les seves parets. Es creu que a qui pugui reunir correctament tots els símbols li serà revelada la saviesa de la ciutat.

EPISODI 10X02 LA SUPERVIVÈNCIA DE L'EMPERADOR

Dimarts, 15 de juliol |
19.30 h | a partir de 16 anys
Murallles - Passeig Arqueològic
| Gratuït amb inscripció prèvia

Governar l'Imperi Romà era una professió de risc. Morir assassinat o assassinat era una causa freqüent a l'antiga Roma, i més si ocupaves un càrrec com el d'emperador. Enverinaments, apunyalaments, ofegaments... Podreu superar l'enigma i seguir amb vida?

EPISODI 10X03 SUB TERRA

Dimarts, 22 de juliol |
21 h | de 12 a 35 anys
Parc Central. Porta d'accés
tocant a Av. Ramon i Cajal |
Gratuït amb inscripció prèvia

A l'aparcament subterrani del centre comercial s'hi troba el conjunt paleoocristià del Francolí, unes restes arqueològiques descobertes l'any 1994. Allí s'hi localitzen unes 200 tombes, moltes de les quals profanades. Què hi fan totes aquestes tombes en aquest lloc? Hi ha alguna relació entre elles?



Hi col·labora: **Parc Central**

EPISODI 10X04 MORT A L'AMFITEATRE

Dimarts, 29 de juliol |
19.30 h | a partir de 16 anys
Amfiteatre | Gratuït amb
inscripció prèvia

S'ha trobat un cos sense vida a l'arena de l'Amfiteatre. Qui és? Què ha causat la seva mort? Seguiu les pistes i descobriu qui ha sigut la persona assassinada.



3,2,1 JUGGER!

Torn 1: dimecres, 9 de juliol

Torn 2: dimecres, 16 de juliol

De 18.30 a 20.30 h | Camp
Municipal de Futbol de Torreforta
Activitat gratuïta amb inscripció
prèvia | 16 a 35 anys

A càrrec de L'AJRET (Associació de
Jocs de Rol i Estratègia de Tarragona)

Entre el rugbi i l'esgrima, arriba a Tarragona un nou joc de participació mixta i de reminiscències medievals que actualment es practica a molts països. Imaginació, destresa, tàctica i creació d'equip s'uneixen per construir una forma alternativa de fer esport i salut.

Hi col·labora: Conselleria d'Esports de
l'Ajuntament de Tarragona

ESCAPE ROOM AL CARRER TECLER O TECLERA DE L'ANY

NOVETAT!

Dimecres, 17 de setembre |
de 19 a 20.30 h | a partir
de 12 anys | Rambla Nova.
Monument als Castellans |
Gratuït amb inscripció prèvia

A càrrec de Gaudire.
Jocs, tecnologia i contingut creatiu

Tens esperit tecler? Coneixes bé Tarragona? Demuestra-ho i sigues el/La Tecler/a de l'Any! En el marc de les festes de Santa Tecla, Tarragona Jove et proposa una activitat lúdica i participativa per gaudir de la ciutat com mai: un escape room amb app mòbil on tu i el teu equip haureu de resoldre enigmes, superar proves físiques i demostrar els vostres coneixements sobre Tarragona, les seves tradicions, festes i cultura popular.

Investiga diferents espais de la ciutat, suma punts, col·labora amb el teu grup i viu l'esperit festiu de forma activa i divertida. El repte està servit: només un equip podrà coronar-se amb el títol honorífic.

Hi col·labora: Tarragona Cultura



SUMMER WEEK MULTIVELA

Del 4 al 8 d'agost |
de 9 a 14 h | 12 a 17 anys
Club de Vela Platja Llargà |
Gratuït amb inscripció prèvia

A càrrec de Club de Vela Platja Llargà

+info pàg 15 Summer weeks

TEATRE I DANSA

“BALLAREM QUAN PASSI LA TEMPESTA”

NOVETAT!

LABORATORI EXPERIMENTAL DE MOVIMENT I RITME. EXHIBICIÓ I CONVERSA

Divendres, 27 de juny |
17 h | a partir de 14 anys
Teatre Tarragona | Gratuït
amb inscripció prèvia.

A càrrec de Kike Labián i Nico Bordàs

+info pàg 16 Laboratoris de creació jove

Ho coorganitza: Departaments de Cultura
i Cooperació de l'Ajuntament de Tarragona
en el marc del cicle Cultura o Extinció.

SUMMER WEEK INICIACIÓ AL TEATRE

Del 30 de juny al 4 de juliol
l'Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

Joves de 12 a 17 anys
de 10 a 12 h
A càrrec de Pep Linares

Joves de 16 a 35 anys
de 10.30 a 12.30 h
A càrrec de Cesar Candilejo

+info pàg 5 Summer weeks



SESSIONS DE FLAMENC PER RUMBA CATALANA

NOVETAT!

Dimarts, 2, 9, 16 i 22 de juliol
10.30 h | de 14 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec d'Art i Flamenc

Quatre sessions de dansa (especialitat flamenc) enfocades en la rumba com a gènere viu, festiu i inclusiu. Treballarem el moviment corporal, el compàs i la relació entre cos i ritme, amb propostes adaptades a tots els nivells. El format permet una vivència col·lectiva i expressiva, orientada a una mostra final oberta.

► Mostra final 22 de juliol 20 h.
Plaça dels Sedassos. Cicle Margalló/
Festival Sota La Palmera. Espectacle
"Som La Rumba i Punt" a càrrec de La
Jove Cía. Alboreà

DANSA I CREACIÓ AMB AFROBEATS TARRAGONA

NOVETAT!

Del 7 al 9 de juliol |
de 18 a 20 h | a partir de 14 anys |
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec d'Afrobeats Tarragona

Et convidem a participar a tres sessions de dansa durant les quals descobrirem més a fons què són les danses urbanes africanes, les experimentarem en el nostre propi cos i entre totes crearem el nostre propi llenguatge corporal per poder fer una creació artística conjunta. Després de l'última sessió, farem la mostra de la nostra creació.

Ho organitza: Servei Municipal de Cooperació. En el marc de les activitats "Estiu amb Cooperació"



LABORATORI DE DANSA I LLIURE MOVIMENT

De dilluns a dijous, del 14 al 17
de juliol | de 10 a 13 h | +13 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de La Imperfecta dansa

Ho coorganitza: La Imperfecta dansa

+info pàg 18 Laboratoris
de creació jove

LABORATORI DE CREACIÓ "LA MOIXONERA"

NOVETAT!

De dilluns a dijous,
del 14 al 17 de juliol |
de 17 a 20 h | de 16 a 30 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de La Moixonera

Ho coorganitza: La Moixonera
i Tarragona Cultura

+info pàg 18 Laboratoris
de creació jove



LABORATORI DE FOLK

NOVETAT!

De dilluns a dijous,
del 21 al 24 de juliol |
de 11 a 13 h | de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de That's all folk's

Ho coorganitza: That's all folk's

+info pàg 19 Laboratoris
de creació jove

FES ROTLLANA! INICIACIÓ A LA SARDANA

NOVETAT!

Dilluns i dimarts 28 i 29 de juliol |
de 10 a 12 h i de 12 a 35 anys
Espai Jove La Palmera | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de L'Agrupació
Sardanista Tarragona Dansa

Endinsat en el món de la sardana d'una manera fresca i divertida! Aquest taller està pensat perquè puguis viure la dansa tradicional catalana amb energia, companyia i bon rotllo. No cal experiència prèvia: no més ganes de moure't, aprendre i passar-ho bé en grup.

A través del joc, la música i la participació activa, descobriràs els passos bàsics de la sardana, el significat de la rotllana i la força de ballar en col·lectiu. Una experiència per connectar amb la cultura, el cos i les altres persones... tot al teu ritme!

► **Cicle Margalló. Sardanes... i més!**
Actuació de L'Agrupació Sardanista Tarragona. Dimarts, 29 de juliol a les 20 h. Fortí de Sant Jordi (Passeig Marítim Rafael de Casanova).

TALLER D'INICIACIÓ AL TEATRE

NOVETAT!

Dimarts i dijous, 22 i 24 de juliol
i d'11 a 13 h i de 14 a 35 anys
Centre Cívic de Sant Salvador |
Gratuït amb inscripció prèvia

A càrrec d'Antagonista Teatre

Descobreix el món del teatre de manera divertida i educativa. Aprendre els conceptes bàsics de la interpretació, l'expressió corporal i la improvisació. L'objectiu és fomentar la creativitat, la confiança en una mateixa i el treball en equip, tot gaudint del procés d'aprendre i explorar el món escènic. És una oportunitat perfecta per iniciar-te en el teatre i descobrir si aquesta és la teva passió

Del 7 al 16 de desembre, cada dimarts,
de 18 a 19:30 h. + info i inscripcions a
partir del 15 de setembre a tarragona.cat/centrescivics

► **Mostra de teatre del treball realitzat:** dia 16 de desembre a les 18 h.

Ho organitza: Xarxa de Centres Cívics

AFRO KUNDALINI: TALLER DE DANSA AFRICANA

NOVETAT!

Dimecres, 23 de juliol
de 19 a 21 h i a partir de 14 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Nikhita Winkler.
Dancing Alchemistas

Afro Kundalini és més que una classe de dansa: és un espai sagrat de sanació, alliberament i reconexió amb el teu jo veritable. Arrelada en l'expressió femenina de la dansa africana, combina suavitat i força a través d'un treball de peus arrelat, moviments fluidos i una expressió salvatge, intuïtiva i sensual.

Guiada per Nikhita Winkler, nascuda a Namíbia i amb profundes arrels ancestrals a tot Àfrica, aquesta experiència és alhora una pregària i un diàleg amb els i les ancestres. Afro Kundalini et convida a moure't amb intenció, a despertar l'esperit i a honrar el poder que portes dins.

Ho organitza: Servei Municipal de Cooperació. En el marc de les activitats "Estiu amb Cooperació"

SUMMER WEEK INICIACIÓ AL K-POP

NOVETAT!

Del 4 al 7 d'agost | de 10 a 12 h i
de 12 a 35 anys

Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Noa Ramos

+ info pàg 14 Summer Weeks

LABORATORI DE K-POP NIVELL INTERMIG

NOVETAT!

De dilluns a dijous,
del 4 al 7 d'agost | de 16 a 18 h i
de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Second Home

+ info pàg 21 Laboratoris
de creació jove

EXHIBICIÓ DE K-POP DANCE COVERS I CANTANTS

NOVETAT!

Dijous, 7 d'agost | de 18.30 a 20 h |
Tots els públics (de 12 a 35 anys per participar)
Espai Jove La Palmera | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de col·lectius de joves i
dinamització de l'Espai Jove Kesse

T'agrada ballar com els teus grups preferits? Cantes cada cançó com si fossis a l'escenari d'un concert? Ara és el teu moment!

Busquem joves o grups amb talent, passió i ganes de brillar. Si ets fan del K-Pop, aquesta és la teva oportunitat per mostrar el que saps fer davant d'un públic entregat i amb molt bon rotlló.

Participa en la nostra exhibició de *dance covers* i forma part d'un esdeveniment únic, ple d'energia, música i joves com tu. Tant si actues sol/a com en grup, el teu lloc és aquí!

Activitat inclosa dins de
La Korean Vibes Week!

K-POP RANDOM PLAY

NOVETAT!

Dijous 7, d'agost | de 20 a 21 h |
Tots els públics
Espai Jove La Palmera |
Gratuït sense inscripció prèvia

A càrrec de Sylvia Molina

Una de les activitats més famoses de la comunitat del K-Pop. Es reproduiran les tornades de les cançons de K-Pop de manera aleatòria mentre el públic realitzarà una rotllana i quan surti la cançó de la qual se sàpiga la coreografia hauran d'anar al centre per a realitzar-la.

Activitat inclosa dins de
La Korean Vibes Week!



MASTERCLASS DE K-POP + MEET&GREET AMB TAMI TAMAKO

NOVETAT!

Divendres, 8 d'agost |
de 10 a 12.30 h | de 12 a 35 anys
Espai Jove La Palmera | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Tami Tamako (@tamitamako)

Tami Tamako és una creadora de continguts i ballarina professional que ha conquerit les xarxes socials amb el seu talent i carisma. Nascuda a Sevilla, de pares japonesos, Tami combina la seva formació en ballet clàssic amb una passió desbordant pel K-Pop, i ofereix coreografies plenes d'energia i estil.

Amb més d'1,6 milions de persones seguidores a TikTok i una comunitat fidel a YouTube i Twitch, Tami destaca per la seva capacitat de connectar amb el públic jove, compartint no només coreografies, sinó també experiències personals sobre la seva vida entre dues cultures. La seva autenticitat i proximitat l'han convertit en una referent per a molts i moltes joves apassionades pel K-Pop i la cultura asiàtica.

Aquesta classe magistral és una oportunitat única per aprendre de primera mà amb Tami, millorar les teves habilitats de ball i gaudir d'una experiència immersiva en l'univers del K-Pop. No et perdís aquesta ocasió de créixer com a Kpopper i compartir la teva passió amb altres fans!

En finalitzar hi haurà un *Meet&Greet*, on podreu demanar fotos i tenir una petita presa de contacte amb ella per parlar i preguntar-li el que us vingui de gust.

Activitat inclosa dins de
La Korean Vibes Week!

WORKSHOP DE K-POP

NOVETAT!

Divendres, 8 d'agost |
de 16 a 18 h | de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Sylvia Molina

Una classe de ball amb un enfoc més formatiu. Aquí donarem consells i exercicis a través del K-Pop perquè puguis millorar el teu estil de ball i aprendre més sobre el teu propi moviment.

Activitat inclosa dins de
La Korean Vibes Week!

CIRC I MÀGIA

LABORATORI DE MÀGIA AMB NOUS TRUCS

Dimecres i dijous, 25 i 26 de
juny | de 12 a 13.30 h | de 12
a 35 anys | Espai Jove Kesse |
Gratuït amb inscripció prèvia

A càrrec de Mag Gerard

+info pàg 16 Laboratoris
de creació jove

LABORATORI DE PALLASSADES INTRODUCCIÓ AL *CLOWN*

De dilluns a dimecres, del
7 al 9 de juliol | de 17 a
19.30 h | de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de NunnyG (Cia Dosdetres)

+info pàg 17 Laboratoris
de creació jove



SUMMER WEEK CIRC I ALTRES BESTIESES

Del 14 al 18 de juliol |
de 9.30 a 11.30 h | de 12 a 35 anys
Espai Jove La Palmera | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Passabarret

+info pàg 8 Summer weeks

DESCOBRIM EL CIRC AMB L'ATENEU POPULAR 9 BARRIS

Dissabte, 26 de juliol |
de 18.30 a 20 h | de 12 a 35 anys |
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de L'Ateneu Popular 9 Barris

Aquest taller, dissenyat per L'Ateneu Popular 9 Barris, és una invitació a endinsar-se en el fascinant món del circ, combinant activitat física, expressió artística i diversió. Es tracta d'una experiència lúdica i educativa que, a través del joc, permet descobrir les tècniques i disciplines circenses, alhora que es treballen valors transformadors.



MÚSICA

SUMMER WEEK MÚSICA I ELEMENTS EXPERIÈNCIA IMMERSIVA

NOVETAT!

Del 30 de juny al 4 de juliol |
de 16:30 a 20:30 h | de 16 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Tina Riba i Berta Sha

+info pàg 6 Summer weeks

SUMMER WEEK CANT CORAL

Del 30 de juny al 4 de juliol |
de 19:15 a 20:45 h | de 16 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

Dijous 3 de juliol | de 18:45 a 20:15 h
Capella de Santa Tecla la
Vella - Catedral de Tarragona

A càrrec de Carla Cruells

+info pàg 6 Summer weeks

TALLER DE PERCUSSIÓ CAJÓN FLAMENCO

NOVETAT!

Dimarts, 2, 9, 16 i 22 de juliol |
de 11.30 a 12.30 h | de 14 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec d'Art i Flamenc

Quatre sessions d'introducció al *cajón flamenco* per aprendre els patrons bàsics, entendre els diferents tocs i connectar amb la base rítmica del flamenc. Adreгат a persones sense experiència prèvia i amb ganes de fer vibrar les mans al ritme del cor.

► Mostra final 22 de juliol 20 h. Plaça dels Sedassos. Cicle Margalló. Espectacle "Som la Rumba i Punt" a càrrec de La Jove Cía. Alboreà

EL TEATRE MUSICAL DES DE LA INTERPRETACIÓ ACTORAL

De dilluns a dijous,
del 7 al 10 de juliol |
de 9.30 a 13.30 h | de 16 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Noèlia Pérez

Aquest taller ofereix una oportunitat única per desenvolupar les habilitats en actuació i cant, mentre es treballa en la creació i presentació d'una producció musical. A través d'un enfocament pràctic i col·laboratiu, descobrirem aquest fascinant món.

Noèlia Pérez és artista, directora i creadora multidisciplinària que alterna teatre, televisió i música. Comença la seva carrera amb grans produccions musicals com *West Side Story* i *Amadeus*, de Focus, *Hello Dolly*, amb Concha Velasco o *Master Class* amb Núria Espert. Protagonitza durant més de cinc anys sèries de la televisió valenciana com *Autoindefinitos* o *Socarrats* i com a actriu treballa amb directors i directores com Mario Gas, Paco Mir, Joan Font, Carles Alfaro, Magda Puyo o Cristina Fernández. El 2015 crea la seva pròpia companyia, *Cashalada* cia.

Ho coorganitza: Estudi de
Música de Tarragona

SUMMER WEEK INICIACIÓ A L'UKELELE

Del 28 de juliol a l'1 d'agost |
d'11 a 13 h | de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de L'Escola Mitos

+info pàg 13 Summer weeks

LABORATORI DE RAP

De dilluns a dijous,
del 28 al 31 de juliol |
de 18.30 a 20.30 h | de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Versembrant

Ho coorganitza: Versembrant

+info pàg 19 Laboratoris
de creació jove



SUMMER WEEK INICIACIÓ AL K-POP

NOVETAT!

Del 4 al 7 d'agost |
de 10 a 12 h | de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Noa Ramos

+info pàg 14 Summer weeks

LABORATORI DE K-POP NIVELL INTERMIG

De dilluns a dijous,
del 4 al 7 d'agost |
de 16 a 18 h | de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Second home

Ho coorganitza: Second Home

+info pàg 21 Laboratoris
de creació jove

TALLER D'INICIACIÓ A LA BATUCADA

NOVETAT!

Dc, dj i dv 6, 7 i 8 d'agost |
de 19 a 21 h [dia 8 de 19 a 20 h] |
a partir de 12 anys
Espai Jove Kesse i carrers
de Tarragona | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de La batucada
Engrescats Tarragona

Vine a descobrir la força del ritme col·lectiu i a fer vibrar la ciutat amb nosaltres! Aquest taller d'iniciació a la batucada està adreгат a joves amb ganes de moure's, aprendre i fer soroll del bo. Durant diverses sessions, treballarem tècniques bàsiques de percussió, dinàmiques de grup, ritmes afrobrasileres i coreografies senzilles, tot posant l'accent en la cohesió, l'expressió i el gaudi col·lectiu.

L'activitat culminarà amb una actuació final als carrers de Tarragona dins dels actes d'inauguració de La Imaginada 2025, on el grup format al taller farà la seva estrena conjuntament amb la batucada Engrescats Tarragona.

Ho coorganitza: La Imaginada

IDIOMES, COMUNICACIÓ I CREACIÓ LITERÀRIA

RELATS NÒMADES: UN VIATGE LITERARI PER DIFERENTS CULTURES

Del 30 de juny al 3 de juliol | de 11.30 a 13 h | 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït amb inscripció prèvia

A càrrec de Cristina Bartra

Un taller per obrir la mirada al món a través de la literatura. A cada sessió explorarem un mateix tema —com l'amor, la llibertat, la por o la família— des de diferents punts de vista culturals, llegint relats breus procedents de diverses parts del món.

Una proposta per entendre com la nostra manera de veure les coses depèn sovint d'on venim i de com vivim, i per reflexionar sobre valors, identitats i perspectives.

Un espai per llegir, conversar i deixar-nos interpel·lar per històries que ens connecten —o ens confronten— amb altres realitats.

CURS D'ANGLÈS B1 (90 H) PREPARACIÓ I EXAMEN OXFORD

De dilluns a divendres,
del 7 al 30 de juliol i de 9 a 14 h
Cambra de Tarragona
(Av. Pau Casals, 17) |
Gratuït amb inscripció prèvia
Per a persones de 16 a 29
anys en situació d'atur

Adquirir un grau satisfactori de domini de la competència en llengua estrangera (anglès) en comprensió oral i escrita, expressió i interacció oral i expressió escrita, que permeti una certa autonomia en situacions de la vida quotidiana i una iniciació a altres situacions de comunicació menys habituals, de forma adequada i en una llengua estàndard.

Ho coorganitza: Cambra de Tarragona i Oficina Jove del Tarragonès



Amb el suport de:



SUMMER WEEK ESCRITURA CREATIVA

Del 7 a l'11 de juliol |
d'11 a 13 h i de 12 a 24 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec d'Ingrid Ventura

+info pàg 7 Summer weeks

SUMMER WEEK RADIOFÒNIC

Del 22 al 25 de juliol |
de 16 a 18.30 h i de 14 a 35 anys
Tarragona Ràdio (Avinguda
Roma, 5b, 1r -1a) | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Marina Pérez

Hi col·labora: Tarragona Ràdio

+info pàg 13 Summer weeks



SUMMER WEEK INICIACIÓ A LA LLENGUA JAPONESA

Del 4 al 8 d'agost |
de 17.30 a 19.30 h i 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec d'Àngel Fco. Monedero

+info pàg 15 Summer weeks

TALLER D'INICIACIÓ AL COREÀ

Dijous, 7 d'agost |
de 12 a 14 h i 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Changruo Bao

Dijous, 7 d'agost |
de 12 a 14 h i 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Yasmín

Una petita primera presa de contacte amb l'idioma que s'usa a Corea del Sud: el hangul. Aprendre el seu alfabet a més de les frases d'introducció bàsiques perquè puguem començar a comunicar-nos. Com a extra, també aprendrem les expressions més comunes que pots trobar en les telenovelles coreanes.





CINEMA, ARTS PLÀSTIQUES I VISUALS

PROJECCIÓ DEL MIGMETRATGE "SEIS REGLAS PARA AMAR"

25 de juny | 18.30 h | Tots els públics
Espai Jove Kesse | Gratuït amb inscripció prèvia

A càrrec d'Anure Producció

La Leire i La Gala són escollides per interpretar una parella a l'escenari. Estableixen sis regles per evitar enamorar-se a la vida real, però quan la química creix dia rere dia, podran resistir-se al que senten?

El projecte està vinculat a la Universitat Rovira i Virgili, com a Treball de Fi de Grau del grau en Comunicació Audiovisual.

CINEMA, ARTS
PLÀSTIQUES I VISUALS

LA MÀGIA DEL LETTERING I L'AQUAREL·LA

Del 30 de juny al 3 de juliol |
de 18 a 20 h | 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Mònica Boladeres

En aquest taller ens endinsarem en el món del *lettering* i l'aquarel·la per conèixer millor les nostres emocions i aprendre a gestionar-les de manera creativa.

Crearem el nostre propi emocionari il·lustrat, una mena de diari visual on cada emoció tindrà el seu espai. Aprendre a pintar amb aquarel·la i a escriure de manera bonica amb *lettering*, barrejant art i sentiments per fer una creació totalment personal.

A través de diferents activitats, veurem que no sempre tenim la mateixa eina per afrontar el que ens passa. I això està bé! Cada persona construirà la seva pròpia caixa d'eines emocionals, plena de recursos útils per quan les coses es posen difícils; o simplement volem entendre'ns millor.

Un taller per respirar, crear i connectar amb tu d'una manera diferent.

SUMMER WEEK PHOTOFRESH!

Del 7 a l'11 de juliol |
de 18 a 20 h | de 16 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Carlos Uriarte

+info pàg 8 Summer weeks

SUMMER WEEK RENÉIXER TÈXTIL: TRANSFORMA LA TEVA ROBA AMB ART I ÀNIMA

Del 7 a l'11 de juliol |
d'11.30 a 13.30 h | de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Susana Miranda

+info pàg 7 Summer weeks

SUMMER WEEK TÈCNiques GRÀFICO- PLÀSTIQUES

Del 14 al 18 de juliol |
de 16.30 a 18.30 h | de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Xènia Oliver

+info pàg 9 Summer weeks

SUMMER WEEK CINEMA

Del 14 al 18 de juliol |
de 12 a 35 anys

14 al 16 de juliol | 18.30 a 20.30 h
17 i 18 de juliol | 17.30 a 20.30 h |
Sortida enregistraments
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Cesar Candilejo

+info pàg 10 Summer weeks

TALLER DE RETRAT FOTOGràFIC PER A XARXES

NOVETAT!

Dimarts i dijous,
del 15 al 24 de juliol |
de 10.30 a 12.30 h |
de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec d'Alba Rodríguez

L'acceptació i la projecció de les nostres vides es veuen reflectides en les percepcions d'un món en societat que recull mirades, expressions i emocions fruit dels trajectes personals i col·lectius. En un exercici de contraposició interpersonal, descobrirem la tècnica fotogràfica del retrat i ens endinsarem en l'autoretrat més analític per deixar en exposició traces i trets propis de l'etapa juvenil.

COSTURA AMB CONSCIÈNCIA. TALLER DE COSTURA AMB TELES WAX

NOVETAT!

Dimercres, 16 de juliol
de 18 a 21 h | a partir de 16 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de La Sastreria de Yayoumbay

Durant tres hores explorarem el món de la costura a través de les acolorides i simbòliques teles africanes wax. Des d'una mirada antirracista i decolonial, compartirem sabers tèxtils, descobrirem la història d'aquests teixits i confeccionarem una peça pròpia (necesser, bossa tote, mocador...).

No cal experiència prèvia, només ganes de crear, aprendre i compartir.

Ho organitza: Servei Municipal de Cooperació. En el marc de les activitats "Estiu amb Cooperació"

TALLER DE GRAVAT AMB LINÒLEUM

Dimercres, 30 de juliol |
de 16.30 a 19.30 h | de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Xènia Oliver

Aprenderàs a crear el teu propi dibuix i a tallar-lo amb gúbia sobre el linòleum, transformant-lo en un segell únic. Un cop acabat, podràs aplicar tinta a l'aigua i estampar el teu disseny sobre diverses superfícies com paper, samarretes o *totebags*. Aquest taller és perfecte per a aquelles persones que volen explorar tècniques artístiques tradicionals i crear obres d'art personalitzades. Uneix-te a nosaltres per una experiència creativa i pràctica que et permetrà portar el teu art a diferents suports.



TALLER D'AQUAREL·LA: "DESCOBRINT L'EQUILIBRI MEDITERRANI" I ESTIU 2025

Dissabte, 2 d'agost I
de 17.30 a 20 h I 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse I Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Carme Aragonès

Et convidem a participar en un taller creatiu inspirat en l'exposició Equilibri Mediterrani, una col·lecció artística que ens convida a reflexionar sobre el benestar emocional i la importància de preservar el nostre mar. En aquest taller treballarem la tècnica de l'aquarel·la per descobrir els colors del mar des de la calma i l'atenció plena. A més, crearem el nostre propi mar.

Activitat inclosa en el marc de l'exposició "Equilibri mediterrani". del 21 de juliol al 9 d'agost.

TALLER DE GRAFITI I ART URBÀ

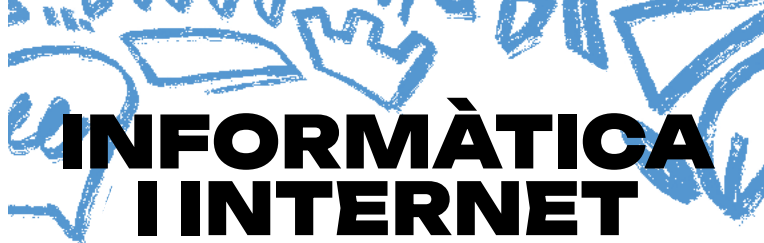
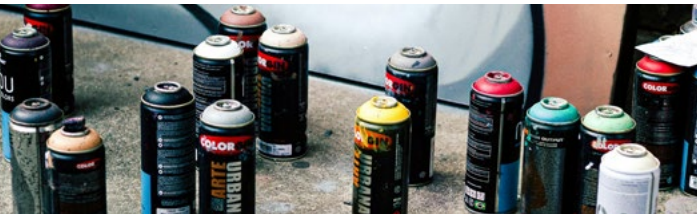
Dilluns, dimarts i dimecres,
de l'11 al 13 d'agost I
de 18.30 a 20.30 h
A partir de 12 anys I Centre
Cívic de Bonavista I Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Laia Toldrà

T'agradaria endinsar-te en el món del grafiti? Aquest taller ofereix una oportunitat única per aprendre tècniques bàsiques de grafiti, explorar la seva creativitat i contribuir a la millora de l'entorn urbà.

Activitat inclosa dins de Les Festes majors de Bonavista.

Ho coorganitza: Xarxa de Centres Cívics i AAVV de Bonavista



JORNADA GAMING + TORNEIG

NOVATAT!

Dilluns, 7 de juliol I d'11 a 14 h
i de 16 a 20 h I de 12 a 35 anys
Espai Jove La Palmera I Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de NL Tech

Arriba un dia 100% *gamer* al cor de Tarragona! Prepara't per viure una jornada plena d'emoció, competició i diversió amb el millor del món dels videojocs.

Des tornejos de FC24 (un al matí i un a la tarda). Demuestra el teu nivell i competeix per ser el/la millor!

Zona lliure amb PlayStation 5, Nintendo Switch i experiències de realitat virtual per flipar! Vine, juga, competeix i viu el *gaming* com mai abans a l'Espai Jove La Palmera.

PILOT DE DRONS A1/A3 I A2 AMB EDICIÓ DE VÍDEOS I IMATGES

NOVATAT!

De dilluns a divendres, del 25 de juny al 5 d'agost I de 8.30 a 14.30 h
I de 16 a 29 anys en situació d'atur
Cambra de Tarragona I Gratuït
amb inscripció prèvia

T'atrau el món dels drons i vols fer-ne una eina creativa i professional? Aquest curs intensiu et prepara per obtenir les certificacions oficials A1/A3 i A2 d'AESA, imprescindibles per volar drons de forma legal i segura.

A més, aprendràs a capturar imatges i vídeos des de l'aire i a editar-los com un pro, combinant tecnologia, creativitat i sortides laborals reals.

Ho coorganitza:

Cambra oficina **jove**
Tarragona 18 de Tarragona

Amb el suport de:



INICIACIÓ AL COMMUNITY MANAGEMENT

NOVETAT!

De dilluns a divendres,
del 30 de juny a l'11 de juliol |
de 8.30 a 14.30 h | de 16 a 29
anys en situació d'atur
Càmbra de Tarragona | Gratuït
amb inscripció prèvia

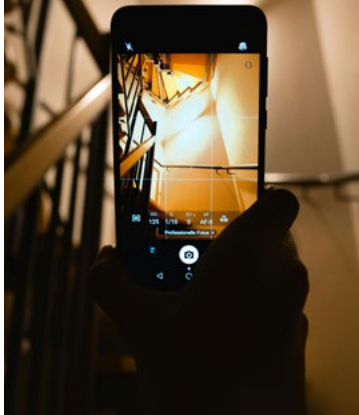
Els i les participants aprendran a
desenvolupar estratègies de xarxes
socials, supervisar la reputació de
marca a les xarxes i conèixer la figu-
ra de *community manager*.

A més, s'introduiran conceptes clau
de la imatge corporativa i es treba-
llarà la creació de continguts visuals,
amb nocions bàsiques de fotografia i
edició digital adaptades a les xarxes
socials. L'objectiu final és saber ges-
tionar les xarxes socials de manera
coherent, creativa i alineada amb els
valors de marca.

Ho coorganitza:



Amb el suport de:



INTRODUCCIÓ A L'EDICIÓ DE FOTOGRAFIA AMB EL MÒBIL

NOVETAT!

Dijous, 3 de juliol |
de 17 a 19 h | de 14 a 25 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec d'Activatic

Taller pràctic per aprendre a retocar
i millorar fotografies des del teu mò-
bil utilitzant aplicacions gratuïtes i
intuitives. Ideal per potenciar el teu
estil visual i les teves publicacions
a xarxes.

INTRODUCCIÓ A LA IA COM A ESTUDIANT

NOVETAT!

Dijous, 10 de juliol |
de 16 a 17.30 h | de 12 a 25 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec d'Activatic

Descobreix què és la intel·ligència ar-
tificial i com pot ser útil en el teu dia
a dia com a estudiant. Coneixeràs eines
com ChatGPT o Gemini i aprendràs a
aplicar-les de manera pràctica i segura.

SUMMER WEEK BOOTCAMP DE CREACIÓ DE VIDEOJOCs AMB REALITAT VIRTUAL

Del 14 al 18 de juliol |
d'11 a 14 h | de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec d'Espacia

+info pàg 9 Summer weeks

INTRODUCCIÓ A L'EDICIÓ DE VÍDEO AMB CANVA

Dijous, 17 de juliol |
de 16 a 18 h | de 12 a 17 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec d'Activatic

Aprèn a crear vídeos atractius i dinà-
mics amb Canva. Domina les eines bà-
siques per editar clips, afegir textos i
música i fer vídeos per a xarxes soci-
als o projectes escolars.

SUMMER WEEK INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL I CREACIÓ D'APPS (LOW CODE)

Del 21 al 25 de juliol |
de 16 a 19 h | de 12 a 17 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec d'eSTEAM Education

+info pàg 12 Summer weeks

SUMMER WEEK CODICRACK

Del 21 de juliol a l'1 d'agost |
de 9.30 a 12.30 h | de 12 a 17 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec d'UPC School

+info pàg 11 Summer weeks

MÀRQUETING DIGITAL I XARXES

NOVETAT!

Dijous, 24 de juliol |
de 19.30 a 21 h | de 16 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec d'Activatic

Coneix els fonaments del màrqueting digital i com aprofitar les xarxes socials per comunicar-te millor, arribar al teu públic i fer créixer els teus projectes o idees.

SUMMER WEEK STEAM

Del 28 de juliol a l'1 d'agost |
de 16 a 19 h | de 12 a 17 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec d'eSTEAM Education

+info pàg 14 Summer weeks

INTRODUCCIÓ ALS PROMPTS EN LA IA

NOVETAT!

Dijous, 31 de juliol |
de 19.30 a 21 h | de 16 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec d'Activatic

Aprèn a utilitzar eines d'intel·ligència artificial com ChatGPT o Gemini, mitjançant la creació de prompts (instruccions) clars i efectius. Enfocat a optimitzar l'estudi, projectes o treballs professionals.

CUINA

TALLERS DE CUINA

NOVETAT!

Dimarts de juliol
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec d'Una de pastres

Aquest juliol, vine a tastar el Mediterrani des de la cuina! Cada sessió ens endinsarà en la gastronomia d'un país o regió diferent, descobrint sabors, ingredients, curiositats i maneres de cuinar saludables i accessibles. A més d'aprendre receptes delicioses, parlarem de cultura alimentària i hàbits de vida que connecten amb el benestar i la convivència.

1 de juliol Cuina catalana

8 de juliol Cuina grega

15 de juliol Cuina italiana

22 de juliol Cuina turca

29 de juliol Cuina Libanesa

TALLER DE DOLÇOS AMB LA PASTISSÈRIA VELVET

Torn 1: dimecres, 9 de juliol.

Cookies americanes

Torn 2: dimecres, 16 de

juliol. Crepes d'estiu

de 17 a 19.30 h | de 14 a 35 anys

Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Marc García, de
La pastisseria Velvet

Si et perd el dolç, aquest és sens dubte el teu taller. De la mà de Marc García, pastisser de La pastisseria Velvet de Tarragona, aprendrem a elaborar pastres per sorprendre a les nostres amistats i familiars.

TALLER DE CUINA D'APROFITAMENT

NOVETAT!

Dissabte, 26 de juliol |
de 18 a 20 h | de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec d'Espigoladors

Vols aprendre a cuinar receptes delicioses mentre combats el malbaratament alimentari? Vine al nostre taller de cuina d'aprofitament, una activitat pensada per a joves com tu, amb ganes de posar-se el davantal i fer equip per canviar el món des de la cuina!

SUMMER WEEK CUINA PER A SOBREVUIRE

Del 28 de juliol a l'1 d'agost |
de 10 a 12 h | de 12 a 17 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de No Cuino

+info pàg 13 Summer Weeks

TALLER DE CUINA AFRICANA

NOVETAT!

Dimecres, 30 de juliol |
de 19 a 21 h | a partir de 14 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de l'Associació de Dones Africanes de Tarragona i Associació Indivisible

Al xup-xup de tres de les receptes més característiques de la cuina de l'Àfrica Occidental, el *thieboudienn*, el *bissap* i el sèsam caramelitzat, podrem descobrir i connectar estils d'elaboració molt comuns entre cultures. Ho organitza: Servei Municipal de Cooperació. En el marc de Les activitats "Estiu amb Cooperació"

TALLER DE K-STREET FOOD

NOVETAT!

Dimecres, 6 de d'agost |
de 12 a 14 h | a partir de 12 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Changruo Bao

En aquesta activitat durement a terme un plat molt típic de Corea del Sud, molt comú en els llocs de *street food*: el *kim-bap*. Aprendrem pas a pas l'elaboració d'aquest plat perquè les persones participants puguin provar la vostra creació a la cuina de l'Espai Jove Kesse!



APROPEM LES EMPRESES A LES PERSONES JOVES: ADECCO

NOVETAT!

Dimecres, 9 de juliol |
de 10 a 12 h | de 16 a 35 anys
Oficina Jove del Tarragonès |
Gratuït amb inscripció prèvia

A càrrec del Programa de Suport a l'Ocupació Juvenil, impulsat pel Servei Públic d'Ocupació de Catalunya i finançat pel FSE Plus de Catalunya 2021 - 2027

ADECCO vindrà a l'Oficina Jove del Tarragonès per explicar-nos el punt de vista de les empreses als processos de selecció, els aspectes que més valoren a l'hora de la contractació i algunes pautes per aconseguir que la teva candidatura sigui més valorada al sector empresarial.

Si vols saber quina és la visió de les empreses al procés de contractació, vine a descobrir-ho!

SUMMER WEEK LABORAL. L'ACCELERADORA PER TROBAR FEINA!

NOVETAT!

Del 30 de juny al 4 de juliol |
de 9.30 a 12.30 h | de 16 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec del Programa de Suport a l'Ocupació Juvenil, impulsat pel Servei Públic d'Ocupació de Catalunya i finançat pel FSE Plus de Catalunya 2021 - 2027

+info pàg 5 Summer Weeks



LA IMATGE PROFESSIONAL A LINKEDIN

Dimecres, 16 de juliol | de 10 a 13 h i de 16 a 35 anys
Oficina Jove del Tarragonès |
Gratuit amb inscripció prèvia

A càrrec del Programa de Suport a l'Ocupació Juvenil, impulsat pel Servei Públic d'Ocupació de Catalunya i finançat pel FSE Plus de Catalunya 2021 - 2027

Taller per a persones joves que estiguin interessades en ampliar les seves oportunitats professionals i la seva xarxa de contactes i vulguin conèixer les principals funcionalitats d'aquesta xarxa professional.

En aquest taller es donaran consells pràctics per tenir un perfil òptim a LinkedIn que ens faciliti arribar als contactes, empreses i ofertes de treball que més desitgem.

També parlarem sobre la nostra imatge professional a les xarxes socials.

COM ENTRAR A TREBALLAR A L'ADMINISTRACIÓ LOCAL

Dimecres, 23 de juliol | de 10 a 13 h i de 16 a 35 anys
Oficina Jove del Tarragonès |
Gratuit amb inscripció prèvia

A càrrec del Programa de Suport a l'Ocupació Juvenil, impulsat pel Servei Públic d'Ocupació de Catalunya i finançat pel FSE Plus de Catalunya 2021 - 2027

Tens interès a treballar a l'administració local? Aprendre les diferents vies d'accés i explicarem el procés selectiu per entrar al sector públic. A més parlarem sobre la imatge personal als treballs formals o de responsabilitat.

ESCAPA'T CAP A LA FEINA! ESCAPE ROOM LABORAL

NOVETAT!

Dimecres, 30 de juliol | de 10 a 12 h i de 16 a 35 anys
Espai Jove La Palmera | **Gratuit**
amb inscripció prèvia

A càrrec del Programa de Suport a l'Ocupació Juvenil, impulsat pel Servei Públic d'Ocupació de Catalunya i finançat pel FSE Plus de Catalunya 2021 - 2027

Vols posar a prova les teves habilitats i preparar-te per entrar al món laboral d'una manera diferent?

Escapa't cap a la feina és una activitat dinàmica, divertida i educativa on hauràs de resoldre reptes relacionats amb la recerca de feina, entrevistes laborals, currículums i molt més! Tindràs 90 minuts per escapar superant proves reals en un entorn de joc cooperatiu.



SALUT

oficina Jove
del Tarragonès

TALLER DE IOGA

Divendres del 4 al 25 de juliol |
de 18.30 a 19.30 h |
de 12 a 35 anys | Espai Jove Kesse
| Gratuït amb inscripció prèvia

A càrrec de Camila Alés

Explora el teu benestar físic i mental amb el nostre taller de ioga. Aquest curs és ideal per a aquelles persones que volen descobrir els beneficis del ioga, desconnectar de l'estrès diari i aprendre tècniques de relaxació i autocura.

SUMMER WEEK LIFE EXPERIENCE! JOVES PROSALUT

Del 21 al 25 de juliol | de 10
a 14 h | de 12 a 16 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec del departament de Salut
Pública de l'Ajuntament de Tarragona,
IMSST, h2o, departament d'Igualltat
(SAI) i Oficina Jove del Tarragonès

+info pàg 11 Summer weeks

CINEMA A LA FRESCA "LA SUBSTÀNCIA" (THE SUBSTANCE)

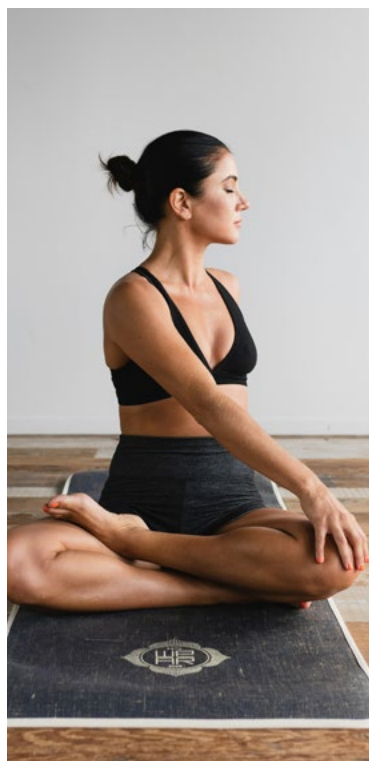
NOVETAT!

Dimarts, 15 de juliol |
de 21:30 a 0 h | tots els públics
Espai Jove La Palmera

Submergeix-te en la història de "La substància", la pel·lícula escollida per continuar la segona part de la "Jornada tècnica de salut: COSSOS. Entre la llibertat i l'opressió", i emmarcada dins del cicle "Joves qüestionant el mirall social" de l'Oficina Jove del Tarragonès.

Una oportunitat per experimentar la complexitat de la pressió estètica en la joventut a través del cinema.

Ho organitza: Servei de salut de l'Oficina Jove del Tarragonès





SERVEI DE SUPORT EMOCIONAL PER A JOVES

 671 350 671

**ARA
T'ESCOLTO!**

Programa d'escolta activa i
suport als malestars emocionals
per a adolescents i joves

Tota la informació a:
tarragonajove.org/aratescolto



CAIXA D'EINES

Habilitats socials i personals

SUMMER WEEK ASTROKESS

Del 25 al 27 de juny i
de 22 a 23.59 h i de 16 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Gratuït
amb inscripció prèvia

A càrrec de Carlos Uriarte

+info pàg 4 Summer weeks

CURS DE MONITOR/A DE MENJADOR

Del dilluns a dijous del 7 al 10 de
juliol i de 15 a 19 h i de 16 a 35 anys
Espai Jove Kesse | Activitat amb
inscripció prèvia | 40 € / 20 €
(amb Carnet Tarragona Jove)

A càrrec de Fundació Santa
Maria de Siurana

Vols adquirir la formació bàsica de mo-
nitor/a de menjador i transport escolar?
Coneix i aprèn les estratègies educatives
que pot oferir un animador o animadora
en el medi escolar i transport.

TÈCNIQUES D'ESTUDI I ESTRATÈGIES D'APRENENTATGE

Torn 1: dl. i dc., del 7 al 16 de
juliol i de 16.30 a 18.30 h
Torn 2: dl. i dc., del 19 al 30
juliol i de 16.30 a 18.30 h
de 12 a 16 anys | Espai Jove Kesse
| Gratuït amb inscripció prèvia

A càrrec de Jordi Rodríguez

Si vols aconseguir que estudiar deixi
de ser una maledicció, t'ofereix noves
maneres de pensar i actuar per acon-
seguir el millor resultat als teus es-
tudis. El què i el com aprendre que
podràs aplicar tota la vida. Tu tens
les capacitats, nosaltres les farem
créixer. Per què no gaudir de les esto-
nes d'estudi... o com a mínim, treure'n
el màxim profit!

SUMMER WEEK LINK A DOGS

Del 21 al 25 de juliol i
de 9 a 12 h i de 12 a 17 anys
Espai Jove La Palmera i
protecció d'animals Reus i
Gratuit amb inscripció prèvia

A càrrec d'Àlexia Piedrola

+info pàg 12 Summer weeks

CURS DE MONITOR/A DE LLEURE EDUCATIU INTENSIU

Divendres 25 de juliol de 15 a 19 h
i de dilluns a dissabte del 28 de
juliol al 9 d'agost i de 10 a 14 h
i de 15 a 19 h i de 18 a 35 anys
Espai Jove Kesse i 120 € / 60 €
(amb Carnet Tarragona Jove)

A càrrec de Fundació Santa
Maria de Siurana

El curs de monitor i monitora és un programa de formació adreгат a aquelles persones que estan interessades a formar-se en el camp del lleure educatiu. Un cop superat tot el procés acadèmic s'obté el Diploma i Carnet de Monitor d'Activitats de Lleure Infantil i Juvenil que atorga la Direcció General de Joventut de la Generalitat de Catalunya.

TALLER K-BEAUTY SKINCARE COREÀ I AUTOCURA

NOVATAT!

Dilluns, 4 d'agost i de 12 a 14 h i
Espai Jove Kesse i de 12 a 35 anys

A càrrec de Minji Korean Cosmetics
i Oficina Jove del Tarragonès

La rutina de *skincare* coreana no només tracta de cremes i passos: és una manera de parar, escoltar el teu cos i tenir cura de tu mateix/a des de dins cap enfora.

En aquest taller teòric-pràctic descobrirem com funciona la rutina facial coreana i com adaptar-la a cada tipus de pell, però també reflexionarem sobre la pressió estètica, les xarxes socials i què vol dir sentir-se bé amb el que veiem al mirall. Parlem de pell, però també d'autoestima, de ritmes propis i de posar límits als ideals irreals.

Vine a conèixer trucs i rituals saludables, i descobreix que cuidar-te no és per agradar a l'altra gent, sinó per connectar amb tu.

K-HOOT! JUGA I APRÈN!

NOVATAT!

Dimarts, 5 d'agost i de 17 a 19 h i
Espai Jove Kesse i de 12 a 24 anys

A càrrec de dinamització juvenil
de l'Espai Jove Kesse

T'agrada el K-Pop, els jocs o el menjar coreà? Vols saber-ne més sobre Corea del Sud d'una manera divertida i diferent? Vine a participar en aquesta activitat pensada per a joves com tu!

A través d'un Kahoot interactiu, posarem a prova els teus coneixements sobre música, sèries, gastronomia, costums i curiositats de la cultura coreana. No cal saber-ho tot: l'objectiu és aprendre jugant, passar-s'ho bé i descobrir coses noves amb altres joves que comparteixen els teus interessos. A més, hi haurà sorpreses per a les persones participants! Activitat inclosa dins de la Korean Vibes Week!

K-GAMES JOCs POPULARS COREANS

NOVATAT!

Dimecres, 6 d'agost i de 17 a 19 h i
Espai Jove Kesse i de 12 a 24 anys

A càrrec de dinamització juvenil
de l'Espai Jove Kesse

Endins't en la cultura coreana a través dels seus jocs més populars! En aquest taller dinàmic coneixerem i posarem en pràctica jocs tradicionals de Corea del Sud, com el *ddakji*, el *yut-nori* o el *gonggi*, que han captivat generacions tant dins com fora del país.

Una activitat per divertir-te, aprendre i compartir idees en equip. No cal tenir coneixements previs, només ganes de passar-s'ho bé i descobrir coses noves. Activitat inclosa dins de la Korean Vibes Week!

El refugi d'estiu!

Un cau de curioses i curioses activitats

Per a joves de 12 a 16 anys - Entrada lliure!

Del 25 de juny al 9 d'agost de 2025
De dilluns a dissabte, de 17.00 h a 20.00 h
Espai Jove Kesse - Tarragona

- Tallers creatius i setmanals
- Zona d'oci amb jocs, futbol, ping-pong i més
- Espai segur i educatiu
- Activitat gratuïta i sense inscripció!



EL REFUGI D'ESTIU

Espai lliure, creatiu i educatiu per a joves de 12 a 16 anys a l'Espai Jove Kesse. Del 25 de juny al 9 d'agost, de dilluns a dissabte a les tardes, oferim activitats setmanals temàtiques, zona de lleure permanent, tallers creatius i espais de descans. És un servei gratuït, sense inscripció, pensat per fomentar la participació, la cura emocional i la conciliació familiar en període de vacances.

CULTURA KESSE EXPOSICIONS

ESPAI JOVE KESSE

NECESSITO DIBUIXAR!

Del 17 de juny al 19 de juliol |
de dimarts a dissabte | de 17 a 21 h
Espai Jove Kesse | per tots
els públics | Gratuït

A càrrec de Nil Pascual

Soc el Nil Pascual, tinc dotze anys i dibuixo des que tinc memòria. De molt petit em vaig aficionar a llegir còmics perquè, com soc dislèxic, em costava llegir i els còmics tenien menys lletra. Així va ser com vaig conèixer l'Ibàñez, el dibuixant que més em va impressionar i del qual soc fan, pels seus dibuixos plens de detalls. En aquesta exposició podreu trobar una selecció de dibuixos que he fet amb diferents tècniques i materials, des de llapis fins a suport digital. Desitjo que la gaudiu.



CULTURA KESSE EXPOSICIONS

EXPOSICIÓ EQUILIBRI MEDITERRANI

Del 21 de juliol al 9 d'agost |
de dilluns a dissabte |
de 16.30 a 20.30 h
Espai Jove Kesse | per tots
els públics | Gratuït

A càrrec de Carme Aragonés

Equilibri Mediterrani és una col·lecció artística iniciada a finals de 2020 com a resposta emocional i creativa a la pandèmia i al confinament. L'autora, tarragonina i profundament vinculada al mar, utilitza l'art com a forma de meditació i com a eina per reivindicar la cura del Mar Mediterrani. Les làmines representen fites submarines simbòliques que marquen el camí cap al benestar emocional, alhora que denuncien la contaminació marina i la presència de plàstics.

Les obres, úniques i numerades, estan pensades per transmetre serenitat i harmonia. Amb elles, es convida l'espectador i l'espectadora a connectar amb el món submarí i a deixar-se portar per la calma i la bellesa del mar, fins i tot imaginant-ne els moviments i sons.

Taller d'aquarel·la: "Descobrint
l'equilibri mediterrani". Ds, 2 d'agost
de 17.30 a 20 h. + info pàg 50 Cinema,
arts plàstiques i visuals



FESTIVAL CAMP DE MART

juny
/ agost
2025

Els Pets / Sol Picó / Beyond /
Tarta Relena / Cow Love
Pasión Vega / El Petit de Cal Eril
Galgo / La Bohème
Nit de cinema amb la BUMT
Ricky, el professor de tenis / La Veronal
Oso Leone / Rozalén / Verde Prato
Infinit / Mama Dousha
Las Ninyas del Corro / Julieta
i molt més!

#EstiuTGN Cultura

Amb el suport de:



TGN CULTURA



INFORMACIÓ D'INTERÈS

INSCRIPCIONS A PARTIR DEL 2 DE JUNY

a www.TARRAGONAJOVE.org

Per estar al dia i tenir més informació sobre les activitats de Tarragona Jove, pots fer-ho des dels següents canals:

www.tarragonajove.org

@tarragonajove a Instagram i Facebook

www.tarragonajove.org/butlleti

Horaris d'informació i atenció:

Oficina Jove del Tarragonès:

DiLluns: 9.30 a 13 h (en Línia)

Dimarts: 9.30 a 13 h i 16.30 a 19 h

Dimecres: 9.30 a 14 h

Dijous: 9.30 a 14 h i 16.30 a 19 h

Divendres: 9.30 a 14 h

Espai Jove Kesse:

Dimarts, dimecres i

dissabtes de 16.30 a 21 h

Dijous i divendres de 16.30 a 22 h

Adreces electròniques:

tarragonajove@tarragona.cat /

tarragones@oficinajove.cat

Telèfons:

Tel.: 977 251 873

Tel.: 977 296 251

SUSPENSIO I ANUL·LACIO D'ACTIVITATS

La Conselleria de Joventut de l'Ajuntament de Tarragona es reserva el dret de fer canvis o suspendre les activitats que organitza exclusivament per raons que li siguin alienes. També es reserva el dret de variar les condicions dels cursos per raons organitzatives.

*Pel que fa a les activitats de caràcter gratuït, si la persona que ha realitzat reserva no s'excusa davant alguna possible absència li poden vetar l'accés a qualsevol plaça gratuïta durant l'any 2025.

Important: Les baixes s'han de notificar a tarragonajove@tarragona.cat dos dies abans que comenci el curs.



ESPAI JOVE LA PALMERA, TARRAGONA

FESTIVAL SOTA LA PALMERA 2025 TARRAGONA FSLP

DEL 26 DE JUNY AL 9 D'AGOST



> OFICINA JOVE DEL TARRAGONÈS

Dilluns: 9.30 a 13 h (en línia)
Dimarts: 9.30 a 13 h i 16.30 a 19 h
Dimecres: 9.30 a 14 h
Dijous: 9.30 a 14 h i 16.30 a 19 h
Divendres: 9.30 a 14 h

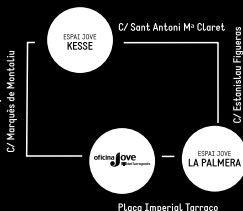
Tel.: 977 251 873
tarragones@oficinajove.cat

> ESPAI JOVE KESSE

Dimarts, dimecres i
dissabtes de 16.30 a 21 h
Dijous i divendres de 16.30 a 22 h

Tel.: 977 296 251
tarragones@oficinajove.cat

WWW.
TARRAGONAJOVE.
ORG



Plaça Imperial Tàrraco

Imprès en paper 100% reciclat, amb tintes d'origen vegetal i amb criteris de reducció d'impacte ambiental

Fotografies del programa: - Wikimedia Commons Niu d'imatges de la joventut. Direcció general de Joventut - flickr.com/photos/joventutcat/