

+que llibres

BIBLIOTECA

Programa
d'activitats per
a joves i adults

BELLVITGE

Test de lògica en tres minuts

Quina fitxa continua la sèrie?

1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							

Exercita la teva ment. Practica la Vida Sana

Abril-juny 2019



NO T'HOU PERDIS

 **Biblioteques**
de L'Hospitalet

Biblioteca Central Tecla Sala

IX Trobada d'autors i autores de la ciutat

Trobada d'escriptors i escriptores de L'Hospitalet per presentar la guia *Ciutat plural, llibres singulars. Autors i autores de L'Hospitalet*, que recull les publicacions editades els anys 2017 i 2018.

Dissabte, 27 d'abril, a les 12 h

Estand de la rambla de Just Oliveras

Diada de Sant Jordi

Signatura de llibres d'autors i autores de la ciutat a l'estand de les Biblioteques de L'Hospitalet.

Dimarts, 23 d'abril, d'11 a 20 h

Auditori Barradas

Dictat popular

Nausicaa Bonnín dicta a Joan Brossa

Per participar cal inscriure's a:

www.cpnl.cat/dictatlh o al 93 440 65 70

Dimecres, 24 d'abril, a les 18 h

Biblioteca Santa Eulàlia

Trobada amb l'autora Gemma Lienas

Club de lectura *El fil invisible*, de Gemma Lienas, premi BBVA Sant Joan.

Dijous, 9 de maig, a les 19 h

Biblioteca Plaça d'Eurpa

VI Concurs de microrrelats de temàtica històrica

Consulteu-ne les bases al web www.bibliotequeslh.cat i al Facebook de la Biblioteca.

Del 8 d'abril al 20 de maig, ambdós inclosos

Jardins de la Biblioteca Can Sumarro

Concert de bandes sonores

A càrrec de la Collblanc-Torrassa Band. La jove Collblanc-Torrassa Band ens oferirà un concert amb algunes de les músiques més conegudes de la cinematografia.

Divendres, 21 de juny, a les 20 h

A totes les biblioteques

Inscripció als clubs de lectura i grups de conversa del curs 2019-2020

Més informació a www.bibliotequeslh.cat

A partir de l'1 de juny

CLUB DE LECTURA

A càrrec d'Aina Rusca

- ***La desaparició de Stephanie Mailer***, de Joël Dicker.

30 de juliol del 1994. Orphea, una petita ciutat costanera dels Hamptons, a l'estat de Nova York, està molt trasbalsada per un succés esgarriós: l'alcalde i tota la seva família han mort assassinats a casa seva, juntament amb una noia que passava per allà fent jòguing i havia estat testimoni del crim. Investigaran el cas dos joves policies, el Jesse Rosenberg i el Derek Scott. Ambiciosos i tenaços, aconseguiran desemmascarar l'assassí gràcies a tot un seguit de proves incontestables. Però vint anys més tard, a principis d'estiu del 2014, el Jesse rep la visita d'una periodista, la Stephanie Mailer, que li assegura que es va equivocar de culpable. Poc després, la jove desapareix en circumstàncies misterioses.

Dimarts, 30 d'abril, a les 18 h

- ***Malinche***, d'Edward Rosset.

Novel·la sobre Hernán Cortés, conqueridor espanyol, i el seu periple per Amèrica. Descobridor audaç i enginyós en una època de grans herois, va ser l'únic que va arribar a

conèixer a fons als indígenes americans, fins al punt de prendre per esposa a una d'elles (Malitzin, Mallinali o Malinche), i convertir-la en una traductora de gran valor estratègic, que d'aquesta manera es va convertir en un personatge clau de la colonització d'Amèrica, i de les relacions entre la corona espanyola i els diferents pobles indígenes. Cèlebres episodis, com la crema de les seves naus per evitar desercions, i la massacre de la Nit Trista, el converteixen en un personatge polèmic i tremendament controvertit.

Dimarts, 28 de maig, a les 18 h

- ***Els llits dels altres***, d'Anna Punsoda.

La Claustre atura el cotxe en una fonda de carretera de l'antiga Nacional. La visita a la seva mare l'ha deixat rebregada i necessita calmar-se. Darrere la barra, l'atén una antiga coneguda amb un passat tèrbol i un germà que es va penjar quan anaven juntes a l'escola. "Encara no t'agrada res?", li demana d'entrada. "Ara ja menjo de tot", respon ella. A fora ja és fosc, i les confidències de tota una vida encendran la nit a fogonades.

Dimarts, 18 de juny, a les 18 h

CINEMA

Dijous de pel·lícula

- ***Una raó brillant: l'art de convèncer***, d'Yvan Attal (2017)

Neïla Salah és una jove de l'extraradi parisenc que somia en ser advocada i aconsegueix matricular-se en la millor facultat de Dret de París. El primer dia de classe, pateix un enfrontament amb Pierre Mazard, un professor polèmic, conegut per ser provocatiu i per parlar fora de to. Obligats per la universitat, professor i alumna hauran de preparar junts un concurs de debat nacional. Dos mons paral·lels que, poc a poc, s'apropen fins a fer una relació tant desbaratada, divertida i sòlida com inesperada. Una relació única en la seva espècie.

Dijous, 4 d'abril, a les 18 h

- ***La forma de l'aigua***, de Guillermo del Toro (2017)

En un inquietant laboratori d'alta seguretat, durant la Guerra Freda, es produeix una connexió insòlita entre dos mons aparentment allunyats. La vida de la solitària Elisa, que treballa com a netejadora al laboratori, canvia per complet quan descobreix un experiment classificat com a secret: un home amfibi que es troba aquí reclòs.

Dijous, 9 de maig, a les 18 h

- ***En lugar del Sr. Stein***, de Stéphane Robelin (2017)

Pierre, vidu i jubilat, no surt de la seva casa des de fa dos anys. Poc a poc descobreix les alegries d'internet gràcies a Àlex, un jove contractat per la seva filla per ensenyar-li els conceptes bàsics dels ordinadors. En un lloc de cites, una bella jove, Flora63, li ofereix una primera cita. En el seu perfil Pierre ha posat una foto d'Àlex.

Dijous, 30 de maig, a les 18 h

RECITAL POÈTIC

Poetes sota la lluna

- ***Homenatge a Ángel Cazorla Olmo***, a càrrec de l'Associació Cultural Poètica Luz de Luna.

A la Sala Chill Out.

Divendres, 28 de juny a les 18 h

VIDA SANA

Aquestes activitats es programen amb l'objectiu de donar a conèixer el fons especial de la Biblioteca de Vida Sana, on hi podeu trobar documents divulgatius sobre hàbits i pràctiques que ajuden a mantenir una vida física i emocional saludable i equilibrada.

Coordinades per Margarita Herrero

- **Relaxació.** Pràctica de consciència corporal i de sensibilització de les diferents parts del cos.

Dilluns, 8 d'abril, a les 18 h

- **Ioga en cadira.** Ioga senzill per practicar assegut, enfocat al treball de la columna vertebral.

Dilluns, 29 d'abril, a les 18 h

- **Ioga suau.** Postures de ioga a l'abast de tothom, dirigides a la interiorització i la calma mental.

Dilluns, 6 de maig, a les 18 h

- **Ioga en parelles.** Pràctica de postures que treballen la coordinació i la confiança en els altres.

Dilluns, 13 de maig, a les 18 h

- **Tècniques de respiració.** Aprendrem a respirar correctament i descobrirem la respiració abdominal toràcica i clavicular.

Dilluns, 20 de maig, a les 18 h

- **Iniciació a la meditació.** Primeres passes en la meditació com a eina per calmar el nostre món emocional i afectiu.

Dilluns, 27 de maig, a les 18 h

- **Expressió corporal.** Moure el cos ens ajuda a desbloquejar la rigidesa mental i a trencar els nostres hàbits.

Dilluns, 3 de juny, a les 18 h

- **Creixement personal.**

Treball emocional i afectiu per millorar la capacitat de relacionar-nos amb els altres.

Dilluns, 17 de juny, a les 18 h

EL CLUB DE LA LLANA

Llana teràpia

Cada dimarts i dijous, de 17 a 19 h, a la Sala Taller de la Biblioteca, entre cabdells, fils, agulles i tisores, trobada de persones amb ganes de compartir i gaudir plegades del plaer de fer mitja, ganxet i punt de creu, i d'aprendre'n. Porteu les labors; les farem plegats.

Del 2 d'abril al 27 de juny

TALLERS

- **Atura't i medita**

45 minuts de relaxació i respiració.

Cada dijous, de 19 a 19.45 h.

A la Sala Chill Out de la Biblioteca.

Del 4 d'abril al 20 de juny

DE L'HORT A LA BIBLIOTECA



Volem que coneguis els productes de proximitat i temporada del Parc Agrari del Baix Llobregat i apropar-te a una vida i dieta més saludables i naturals aprofitant els recursos que tenim més a prop. Per això, hem creat un espai de trobada.

- **Receptes de la meva iaia**

Busca a la Biblioteca Bellvitge l'espai d'intercanvi de receptes i comparteix aquella recepta de la teva iaia que no vols que es perdi. Hi ha vida més enllà de la pizza!

Del 4 d'abril al 28 de juny

- **Jo també puc ser... jardiner**

Cada dimarts, a les 15.30 h, un grup d'usuaris de Tallers Bellvitge venen a cuidar l'hort de la terrassa de la Biblioteca... Els vols ajudar?

Del 30 d'abril al 18 de juny

PRESENTACIÓ DE LLIBRE

Poesía en cuerpo y en alma, de Luis Arranz Boal

Poemari en el qual el seu autor, segovià de naixement i sabadellenc d'adopció, farà que ens endinsem en el camp de la poesia amb els mi-

llors recursos d'estil. Aquesta obra, el seu quart llibre, és un bon company de viatge per a tot amant de les lletres.

A la Sala Chill Out de la Biblioteca.

Dissabte, 18 de maig, a les 11 h

VISITA GUIADA A LA BIBLIOTECA

Visita guiada per a adults.

Farem un passeig per les diverses plantes i sales de la Biblioteca. Descobrirem els serveis i les particularitats que cal conèixer per treure'n el màxim partit. Préstec, préstec interbibliotecari, fons especialitzat en Vida Sana, consulta a sala, diaris i revistes, audiovisuals, aules multimèdia, formació, Wi-Fi, ús del catàleg, recursos a la web i altres serveis.

Vine a descobrir-la!

Cal inscripció prèvia.

Els dijous 11 d'abril, 16 de maig i 13 de juny, a les 16 h

ABRIL

- El Club de la llana
Dimarts 2, de 17 a 19 h
- El Club de la llana
Dijous 4, de 17 a 19 h
- Taller. Atura't i medita
Dijous 4, de 19 a 19.45 h
- Taller Vida Sana. Relaxació
Dilluns 8, a les 18 h
- El Club de la llana.
Dimarts 9, de 17 a 19 h
- Visita guiada a la Biblioteca
Dijous 11, a les 16 h
- El Club de la llana
Dijous 11, de 17 a 19 h
- Cinema. *Una raó brillant*
Dijous 4, a les 18 h
- Taller. Atura't i medita
Dijous 11, de 19 a 19.45 h
- El Club de la llana
Dimarts 23, de 17 a 19 h
- Taller Vida Sana. Ioga en cadira
Dilluns 29, a les 18 h
- Jo també puc ser... jardiner
Dimarts 30, a les 15.30 h
- El Club de la llana
Dimarts 30, de 17 a 19 h
- CL. *La desaparició*

Dimarts 30, a les 18 h

MAIG

- El Club de la llana
Dijous 2, de 17 a 19 h
- Taller. Atura't i medita
Dijous 2 de 19 a 19.45 h
- Taller Vida Sana. Ioga suau
Dilluns 6, a les 18 h
- Jo també puc ser... jardiner
Dimarts 7, a les 15.30 h
- El Club de la llana
Dimarts 7, de 17 a 19 h
- El Club de la llana
Dijous 9, de 17 a 19 h
- Cinema. *La forma de l'aigua*
Dijous 9, a les 18 h
- Taller. Atura't i medita
Dijous 9, de 19 a 19.45 h
- Taller Vida Sana. Ioga en parelles
Dilluns 13, a les 18 h
- Jo també puc ser... jardiner
Dimarts 14, a les 15.30 h
- El Club de la llana
Dimarts 14, de 17 a 19 h
- Visita guiada a la Biblioteca
Dijous 16, a les 16 h
- Taller. Atura't i medita
Dijous 16, de 19 a 19.45 h
- Presentació llibre. *Poesía en cuerpo y alma*
Dissabte 18, a les 11 h
- Taller Vida sana. Tècniques de respiració

Dilluns 20, a les 18 h

- Jo també puc ser... jardiner

Dimarts 21, a les 15.30 h

- El Club de la llana

Dimarts 21, de 17 a 19 h

- El Club de la llana

Dijous 23, de 17 a 19 h

- Taller. Atura't i medita

Dijous 23, de 19 a 19.45 h

- Taller Vida Sana. Iniciació a la meditació

Dilluns 27, a les 18 h

- Jo també puc ser... jardiner

Dimarts 28, a les 15.30 h

- El Club de la llana

Dimarts 28, de 17 a 19 h

- CL. *Malinche*

Dimarts 28, a les 18 h

- El Club de la llana

Dijous 30, de 17 a 19 h

- Cinema. *En lugar del Sr. Stein*

Dijous 30, a les 18 h

- Taller. Atura't i medita

Dijous 30, de 19 a 19.45 h

JUNY

- Taller Vida Sana. Expressió corporal

Dilluns 3, a les 18 h

- Jo també puc ser... jardiner

Dimarts 4, a les 15.30 h

- El Club de la llana

Dimarts 4, de 17 a 19 h

- El Club de la llana

Dijous 6, de 17 a 19 h

- Taller. Atura't i medita

Dijous 6, de 19 a 19.45 h

- Jo també puc ser... jardiner

Dimarts 11, a les 15.30 h

- El Club de la llana

Dimarts 11 de 17 a 19 h

- Visita guiada a la Biblioteca

Dijous 13, a les 16 h

- El Club de la llana

Dijous 13, de 17 a 19 h

- Taller. Atura't i medita

Dijous 13, de 19 a 19.45 h

- Taller Vida Sana. Creixement personal

Dilluns 17, a les 18 h

- Jo també puc ser... jardiner

Dimarts 18, a les 15.30 h

- El Club de la llana

Dimarts 18, de 17 a 19 h

- El Club de la llana

Dijous 20, de 17 a 19 h

- Taller. Atura't i medita

Dijous 20, de 19 a 19.45 h

- El Club de la llana

Dimarts 25, de 17 a 19 h

- El Club de la llana

Dijous 27, de 17 a 19 h

- Poetes sota la lluna. *Homenatge a Angel Cazorla Olmo*

Divendres 28, a les 18 h

PROGRAMA D'INTRODUCCIÓ A LA INFORMÀTICA. CLICA I APRÈN

Data d'inscripció als cursos: el dijous 2 de maig, a les 15.30 h. La inscripció als cursos més avançats es pot fer en línia a: <http://www.puntxarxa.net/l-h/aules/cursos/>

EL MÓN DE L'ORDINADOR

• Taller de PowerPoint inicial

Has obert moltes vegades el PowerPoint? T'agradaria saber fer presentacions amb aquest programa?

Els dimarts 7, 14 i 21 de maig, de 18 a 20 h

• Paquet d'iniciació

Comença l'aventura informàtica! Curs adreçat a les persones que volen tenir un primer contacte amb l'ordinador.

Els dimecres 8, 15 i 22 de maig, de 15.30 a 17.30 h

• Taller PowerPoint avançat

Amplia els teus coneixements i fes presentacions amb efectes visuals molt espectaculars.

Els dimarts 28 de maig i 4 i 11 de juny, de 18

a 20 h

• Tràmits en línia

Aprèn a fer tràmits a través de la xarxa. Demana hora al metge, renova el D.N.I. etc.

Els divendres 10, 17 i 24 de maig 15.30 a 17.30 h

EL MÓN DELS MÒBILS I LES TABLETS

• Paquet d'iniciació. Coneix el teu mòbil

En aquest curs aprendràs a configurar el teu mòbil i a organitzar els contactes de l'agenda, a més de les utilitats més bàsiques.

Els divendres 10, 17 i 24 de maig de 18 a 20 h

• Què faig amb les fotos del meu mòbil?

Per conèixer els secrets bàsics de les imatges digitals: capturar-les, descarregar-les, gestionar-les, convertir-les a diferents formats i efectuar-hi petits retocs.

Els dimecres 29 de maig, 5 i 12 de juny de 15.30 a 17.30 h

• Organitza l'agenda i els contactes de teu mòbil. Connecta'l a internet

Aprèn com pots organitzar les carpetes i aplicacions del teu mòbil.

Els dimecres 8, 15 i 22 de maig de 18 a 20 h

- **WhatsApp i altres aplicacions per comunicar-te millor**

WhatsApp ha estat una revolució en la comunicació entre persones i molta gent l'utilitza a diari, però... creus que saps tot el que cal saber sobre aquesta eina? En aquest taller ho aprendràs, i coneixeràs altres aplicacions per comunicar-te millor.

Els dimecres 29 de maig, 5 i 12 de juny, de 18 a 20 h

TECHNOKIDS

- **Taller de robòtica amb MBot**

Introducció a la programació del robot MBot a través del software MBlock, un programa basat en Scratch. Els participants aprenen a programar fàcilment el robot amb blocs de programació i a solucionar senzills reptes.

Tallers adreçats a infants a partir de 10 anys i a adults.

Cal inscripció prèvia

Els dissabtes 4, 11 i 18 de maig d'11 a 12.30 h

RESERVA UN@ BIBLIOTECARI@

T'ofereixo la possibilitat de disposar d'un tutor

que t'ajudarà a resoldre dubtes bàsics d'informàtica. Aquesta atenció personalitzada es fa en sessions d'una hora. Demana informació a la Biblioteca.

PRÉSTEC DE TAULETES I PORTÀTILS

- **Breaking news! Encara no ho saps?**

Converteix la Biblioteca en la teva oficina mòbil de treball amb el préstec dels portàtils i les tauletes que estan a la teva disposició.

Vine i agafa'ls en préstec amb el teu carnet de Biblioteca.

Consulta les següents normatives:

Normativa d'ús de préstec de dispositius electrònics: <http://bit.ly/2wpw8Sa>

Normativa de les aules multimèdia: <http://bit.ly/2wpw8Sa>

ly/2uojMZe

MAIG

- **Comença la inscripció als cursos** Clica i Aprèn
Dijous 2, a les 15.30 h
- **Technokids. Taller de Robòtica amb MBot**
Dissabte 4, de 11 a 12.30 h
- **Taller d'iniciació de PowerPoint inicial**
Dimarts 7, de 18 a 20 h
- **Paquet d'iniciació 1ª ed.**
Dimecres 8, de 15.30 a 17.30 h
- **Organitza l'agenda i els contactes del teu mòbil. Connecta'l a internet**
Dimecres 8, de 18 a 20 h
- **Tràmits en línia**
Divendres 10, de 15.30 a 17.30 h
- **Paquet d'iniciació. Coneix el teu mòbil**
Divendres 10, de 18 a 20 h
- **Technokids. Taller de Robòtica amb mBot**
Dissabte 11, de 11 a 12.30 h
- **Taller d'iniciació de PowerPoint inicial**
Dimarts 14, de 18 a 20 h
- **Paquet d'iniciació 1ª ed**
Dimecres 15, de 15.30 a 17.30 h
- **Organitza l'agenda i els contactes del teu mòbil. Connecta'l a internet**
Dimecres 15, de 18 a 20 h
- **Tràmits en línia**

Divendres 17, de 15.30 a 17.30 h

- **Paquet d'iniciació. Coneix el teu mòbil**
Divendres 17, de 18 a 20 h
- **Technokids. Taller de Robòtica amb MBot**
Dissabte 18, de 11 a 12.30 h
- **Taller d'iniciació de PowerPoint inicial**
Dimarts 21, de 18 a 20 h
- **Paquet d'iniciació 1ª ed**
Dimecres 22, de 15.30 a 17.30 h
- **Organitza l'agenda i els contactes del teu mòbil. Connecta'l a internet**
Dimecres 22, de 18 a 20 h
- **Tràmits en línia**
Divendres 24, de 15.30 a 17.30 h
- **Paquet d'iniciació. Coneix el teu mòbil**
Divendres 24, de 18 a 20 h
- **Taller PowerPoint avançat**
Dimarts 28, de 18 a 20 h
- **Què faig amb les fotos del meu mòbil?**
Dimecres 29, de 15.30 a 17.30 h
- **WhatsApp i altres aplicacions per comunicar-te millor**

Dimecres 29, de 18 a 20 h

JUNY

Taller PowerPoint avançat

Dimarts 4, de 18 a 20 h

•**Què faig amb les fotos del meu mòbil?**

Dimecres 5, de 15.30 a 17.30 h

•**WhatsApp i altres aplicacions per comunicar-te millor**

Dimecres 5, de 18 a 20 h

•**Taller PowerPoint avançat.**

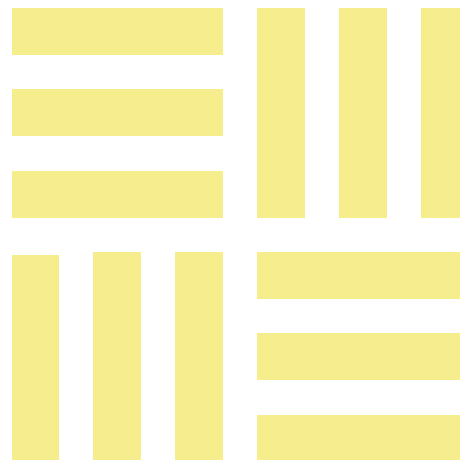
Dimarts 11, de 18 a 20 h

•**Què faig amb les fotos del meu mòbil?**

Dimecres 12, de 15.30 a 17.30 h

•**WhatsApp i altres aplicacions per comunicar-te millor**

Dimecres 12, de 18 a 20 h



Biblioteca Central Tecla Sala

Avinguda de Josep Tarradellas i Joan, 44
Telèfon: 93 403 26 30
bibteclasala@l-h.cat
Els dilluns, de 15.30 a 21 h
De dimarts a divendres, de 9 a 21 h
Els dissabtes, de 10 a 14 h i de 15 a 20 h

Biblioteca Bellvitge

Plaça de la Cultura, 1
Telèfon: 93 403 61 60
bibbellvitge@l-h.cat
Els dilluns, dimarts i dijous, de 15.30 a 20.30 h
Els dimecres i divendres, de 10 a 20.30 h
Els dissabtes, de 10 a 13.30 h

Biblioteca La Bòbila

Plaça de la Bòbila, 1
Telèfon: 93 403 26 55
biblabobila@l-h.cat
De dilluns a divendres, de 15.30 a 20.30 h
Els dimecres, dijous i dissabtes, de 10 a 13.30 h

Biblioteca Can Sumarro

Carrer de la Riera de l'Escorxador, s/n
Telèfon: 93 403 20 82
bibcansumarro@l-h.cat
De dilluns a divendres, de 15.30 a 20.30 h
Els dijous, divendres i dissabtes, de 10 a 13.30 h

Biblioteca La Florida

Avinguda del Masnou, 40
Telèfon: 93 403 25 80
biblaflorida@l-h.cat
De dilluns a divendres, de 15.30 a 20.30 h
Els dilluns, dimarts i dissabtes, de 10 a 13.30 h

Biblioteca Josep Janés

Carrer del Doctor Martí i Julià, 33
Telèfon: 93 403 29 35
bibjosepjanés@l-h.cat
De dilluns a divendres, de 15.30 a 20.30 h
Els dimarts, dimecres i dissabtes, de 10 a 13.30 h

Biblioteca Plaça d'Europa

Carrer d'Amadeu Torner, 57
Telèfon: 93 403 20 90
bibpleuropa@l-h.cat
De dilluns a divendres, de 15.30 a 20.30 h
Els dilluns, dijous i dissabtes, de 10 a 13.30 h

Biblioteca Santa Eulàlia

Carrer de Pareto, 22
Telèfon: 93 331 34 91
bibsantaaulalia@l-h.cat
De dilluns a divendres, de 15.30 a 20.30 h
Els dimarts i dissabtes, de 10 a 13.30 h

Setmana Santa, Nadal i estiu: horaris especials



@ BibliotequesLH

www.bibliotequeslh.cat



Diputació
Barcelona



Biblioteques de L'H
Bellvitge



Ajuntament de L'Hospitalet