

ABRIL - MAIG - JUNY 2026

# PRIMAVERA JOVE

Activitats, cursos i tallers  
per a joves de 12 a 35 anys



+ INFORMACIÓ:

[WWW.JOVENTUT.MOLLETVALLES.CAT](http://WWW.JOVENTUT.MOLLETVALLES.CAT)

# PROGRAMACIÓ CULTURAL

---

- **I els divendres, què? - Monòleg de la Mariona Esplugues, *Boja***

*Boja* és un espectacle que retrata en primera persona l'experiència viscuda per l'actriu en els darrers 16 anys a consultes de diversos psiquiatres. "Què em passa?" La Mariona fa anys que s'ho pregunta. Ningú es pot arribar a imaginar que les respostes a la seva pregunta poden arribar a ser tant inèdites com còmiques. Un espectacle sobre la recerca de la pròpia identitat i del sentit de la vida quan sembla que ja res té sentit.

*Divendres 24 d'abril, a les 21 h – Mercat Vell / Entrada lliure amb aforament limitat*

- **Vespres Gastronòmics – Sabors d'*Arepas*: Colòmbia i Veneçuela**

Experiència gastronòmica intercultural centrada en les versions colombianes i veneçolanes d'aquest plat tradicional, les *Arepas*. Les persones participants podran conèixer les diferències i elaborar-les de manera pràctica. El taller comptarà amb la participació dos cuiners, un de cada país, que compartiran la seva tradició i guiaran l'activitat. Activitat dirigida a joves d'entre 18 i 35 anys. Places limitades.

*Dijous 30 d'abril, a les 19 h – Museu Abelló / Inscripció prèvia a través del link: <https://forms.gle/H8diemboDReJRBHs9>*

- **Torneig de Vòlei**

Una jornada intensa de voleibol on cada punt compta i cada jugada suma emoció. Salts, rematades i blocs protagonitzen un torneig pensat per viure el vòlei al màxim. Posa a prova el teu talent a la pista i millora amb cada punt al costat del teu equip. Activitat dirigida a joves nascuts/des entre els anys 2010 i 2013 (ambdós inclosos).

*Divendres 8 de maig, a les 17 h – Institut Mollet / Inscripció prèvia al 616 823 059 (WhatsApp)*

- **Tarda de DJ**

Activitat de tarda, dirigida a joves d'entre 14 i 17 anys, on poder ballar i gaudir amb la millor música, al ritme que marcarà la DJ Lady Viking. Activitat amb inscripció prèvia i aforament limitat.

*Dissabte 9 de maig, de 19 a 22h – CC Can Borrell / Inscripció prèvia a través del link: <https://forms.gle/VZKZGzRCEp3GAo3a8>*

- **Vespres Gastronòmics – Recptes amb base vegetal**

Taller centrat en com construir un plat equilibrat, amb receptes ràpides i molt pràctiques per al dia a dia. A més de la part culinària, també es gaudirà d'una petita part pedagògica explicant de manera molt clara la importància de combinar proteïna, carbohidrats de qualitat, greixos saludables i verdures per aconseguir plats complets i nutritius. Activitat dirigida a joves d'entre 18 i 35 anys. Places limitades.

*Dijous 14 de maig, a les 19 h – Museu Abelló / Inscripció prèvia a través del link: <https://forms.gle/x1xjCV5rGGKTMiPh8>*

- **Vermut en viu**

Taller pràctic on els i les joves assistents descobriran i aprendran a elaborar un vermut des de zero, descobrint el món dels botànics i els seus secrets. El taller acabarà amb el gaudi d'una degustació final acompanyada d'un concert en directe a càrrec de l'Edu Perro. Una cultura gastronòmica amb ritme propi. Activitat dirigida a joves d'entre 18 i 35 anys. Places limitades.

*Dissabte 16 de maig, de les 11.30 a 14 h – Centre Cultural La Marineta*

*Inscripció prèvia a través del link: <https://forms.gle/W4kGmNt7ows8XbbUA>*

- **Obra de teatre: *Set dies* - Iniciativa Juvenil**

Alguna vegada t'has plantejat com pot arribar a canviar la teva vida en tan sols una setmana? A l'obra *Set dies* de Josep Canet i Figueras, un grup de joves flirtejarà, gaudirà i descobrirà secrets dins d'un pis d'estudiants universitaris. T'ho perdràs? Obra de teatre dins del Programa de Suport a Iniciatives Juvenils, a càrrec de la companyia jove Efecte Papallona.

*Divendres 22 de maig, a les 18:30 h – Mercat Vell / Entrada lliure amb aforament limitat*

- **Vespres Gastronòmics – Showcooking: Cuina Thai**

Descobreix els sabors exòtics de Tailàndia en aquest Showcooking. Una experiència cultural i gastronòmica conduïda per una xef professional on aprendràs a elaborar una de les receptes més emblemàtiques de la cuina Thai, gaudint d'un vespre entretingut on compartir, tastar i deixar-te sorprendre per la cuina tailandesa. Activitat dirigida a joves d'entre 18 i 35 anys. Places limitades.

*Dijous 28 de maig, a les 19 h – Museu Abelló / Inscripció prèvia a través del link: <https://forms.gle/qYuuYtTfgchYeziV7>*

- **Vespres Gastronòmics – Begudes Fermentades**

Descobreix la màgia de les begudes fermentades en aquest vespre gastronòmic, on gaudiràs d'un Showcooking sobre l'elaboració de la Kombutxa. Coneixeràs els fonaments de la fermentació i aprendràs a elaborar begudes probiòtiques. Vine i endinsa't en aquesta tècnica mil·lenària, plena de beneficis per a la salut! Activitat dirigida a joves d'entre 18 i 35 anys. Places limitades.

*Dijous 4 de juny, a les 19 h – Museu Abelló / Inscripció prèvia a través del link: <https://forms.gle/QJApA2PTWrugDwGc7>*

- **Torneig Futbol 7 Jove Mixte**

Torna el Torneig de Futsal Jove, on els i les joves gaudiran d'un ambient fresc i ple d'energia, fomentant valors com el joc net i la cooperació. Els equips viuran partits intensos plens de bon rotllo. Una experiència esportiva divertida, dinàmica i pensada per passar-ho genial dins i fora del camp. Activitat dirigida a joves nascuts/des entre els anys 2010 i 2013 (ambdós inclosos).

*Divendres 5 de juny, a les 17 h – Camp Municipal Germans Gonzalvo / Inscripció prèvia al 616 823 059 (WhatsApp)*

- **KabuSound “Back to the Roots” – Iniciativa Juvenil**

Jornada cultural que proposa un espai de trobada on la música i l’art es combinen a través de tallers i activitats creatives obertes a tothom. Esdeveniment dins del Programa de Suport a les Iniciatives Juvenils, a càrrec de la comissió cultural KabuSound.

*Dissabte 6 de juny, a la tarda-nit – Parc de Can Mulà / Entrada lliure*

- **Festa Verda i de la Biodiversitat**

Celebració de ciutat que es convoca cada any i té per objectiu conscienciar sobre els valors mediambientals i la lluita contra el canvi climàtic. Durant la trobada s’organitzen diverses activitats i tallers per a totes les edats i públics amb l'objectiu de mostrar la cara més verda i sostenible de la ciutat.

*Diumenge 7 de juny, de les 11 a les 14 h – Parc de Can Borrell / Entrada lliure*

- **I els divendres, què? - Assassinat al Club a càrrec de la Cia. Impro Barcelona**

Quatre intèrprets a l’escenari amb una premissa molt clara: un d’ells morirà. Qui? Només el públic ho sap. Una obra de teatre única i irreplicable en cada representació. Els actors no sabran qui serà el mort, l’assassí o els sospitosos, el motiu de la mort, ni a on passarà l’acció ni a quina època. Totes aquestes preguntes i d’altres serà el públic qui les respondrà!

*Divendres 12 de juny, a les 21.30 h – Mercat Vell / Entrada lliure amb aforament limitat*

- **Vespres Gastronòmics – El món de la cuina italiana, més enllà de la pizza**

Taller participatiu on descobriràs la riquesa de la cuina italiana, més enllà de la pizza. Una proposta dinàmica on coneixeràs d’una manera diferent aquesta gastronomia i aprendràs receptes tradicionals elaborades pas a pas, acabant el taller amb una degustació final. Activitat dirigida a joves d’entre 18 i 35 anys. Places limitades.

*Dijous 18 de juny, a les 19 h – Museu Abelló / Inscripció prèvia a través del link: <https://forms.gle/6HNFHUP4shKwwuy6A>*

- **Festa Final de Curs**

Prepara't per una nit plena de ritme i bon rotllo per acomiadar el curs com es mereix. La DJ Beverly Hits i P&P Sound faran vibrar l'ambient amb sessions carregades de sons actuals que et faran ballar sense parar de les 22 h fins a la 1 h. Una cita imprescindible per donar la benvinguda a l'estiu amb energia i molta música!

*Divendres 19 de juny, a les 22 h – Parc de les Pruneres / Entrada lliure*

# CURSOS I TALLERS PER A JOVES

---

*Per a joves de 12 a 35 anys.*

*Inscripció gratuïta al web [www.molletvalles.cat](http://www.molletvalles.cat) o presencialment al CC La Marineta*

- **Tassa esmaltada decorada exteriorment**

Taller creatiu de pintura sobre tasses de ceràmica ja esmaltades, on aprendràs a utilitzar diferents pintures i tècniques decoratives per crear la teva peça única i personalitzada. Adreçat a joves de 12 a 35 anys. Inscripció gratuïta al CC La Marineta. A càrrec de l'artista Anna Torres de l'Espai Dekimasu.

*Dimarts 21 d'abril, de 18 a 20 h – Centre Cultural La Marineta*

- **Qui soc en pedaços. Construïnt el meu Autoretrat Brodat**

Taller d'art tèxtil on crearàs el teu propi autoretrat utilitzant teles, retalls i diferents textures. A partir de formes senzilles, jugaràs amb el color, la composició i els materials per representar-te d'una manera creativa i personal. No cal saber cosir: es tracta d'experimentar, expressar-se i gaudir del procés. Adreçat a joves de 12 a 35 anys. Inscripció gratuïta al CC La Marineta. A càrrec de l'artista plàstica Maria Baratas.

*Dimarts 5, 12, 19 i 26 de maig, de 18 a 20.30 h – Centre Cultural La Marineta*

- **Creació de Charms**

Descobreix la ceràmica freda creant els teus propis charms. En aquest taller aprendràs a modelar peces petites plenes de color i personalitat per convertir en accessoris únics. Adreçat a joves de 12 a 35 anys. Inscripció gratuïta al CC La Marineta. A càrrec de la il·lustradora Anna ST.

*Dimarts 2, 9 i 16 de juny, de 18:30 a 20:30 h – Centre Cultural La Marineta*

# TALLERS DEL PUNT JOVE

---

*Per a joves de 12 a 17 anys.*

*Inscripció gratuïta al Punt Jove (de dilluns a divendres, de 17 a 19.30 h).*

- **Mou-te Jove**

Sèrie d'activitats adreçades a obrir el ventall de possibilitats d'esport en grup. Es faran pràctiques de diferents esports.

*Dilluns, de 18.30 a 19.30 h – Del 13 d'abril al 15 de juny / Punt Jove (CC L'Era)*

- **Cuinetes**

Activitat pensada a l'aprenentatge de diferents receptes senzilles per començar a familiaritzar-te amb els fogons.

*Dimarts, de 18.30 a 19.30 h – 7 i 21 d'abril, 5 i 19 de maig, 2 i 16 de juny / Punt Jove (CC L'Era)*

- **Món digital**

Taller enfocat en l'aprenentatge de diferents tècniques de creació de contingut, com ara l'edició de vídeo i imatge, tot descobrint l'ús de les xarxes socials des d'una perspectiva crítica i conscient; amb l'objectiu de facilitar eines i recursos al jovent per discernir entre la informació veraç i les *fakes news*, la intel·ligència artificial, etc.

*Dimarts, de 18.30 a 19.30 h – 28 d'abril, 12, 22 i 26 de maig i 9 de juny / Punt Jove (CC L'Era)*

- **Promeses cinèfiles**

Taller dirigit al disseny, creació i execució d'un curtmetratge, pensat pels joves i amb l'objectiu d'exposar-lo posteriorment a nivell de ciutat.

*Dimecres, de 18.30 a 19.30 h – Del 8 d'abril al 10 de juny / Punt Jove (CC L'Era)*

- **Circ Jove**

Activitat pensada per aprendre, gaudir i desenvolupar malabars i altres arts relacionades amb el circ i la coordinació del cos.

*Dijous, de 18.30 a 19.30 h – Del 7 de maig al 4 de juny / Punt Jove (CC L'Era)*

- **Interpretació i Teatre**

Taller focalitzat a l'aprenentatge de les diferents tècniques teatrals, des de la improvisació a desenvolupar personatges. A partir de dinàmiques grupals, exercicis d'expressió corporal i vocal els i les joves descobriran a l'actor o actriu que tenen a dins.

*Dijous, de 18.30 a 19.30 h – 9 d'abril i 30 d'abril / Punt Jove (CC L'Era)*

- **Masia Jove**

Si tens entre 12 i 16 anys, t'esperem el tercer divendres de cada mes per fer diferents activitats pensades per a tu! En aquest espai educatiu dinamitzat, coneixeràs gent, aprendràs i t'ho passaràs genial! Cal inscripció prèvia.

*Divendres, de 18 a 19.30 h (tercer divendres de cada mes) – 24 d'abril i 15 de maig / CC Can Borrell*

- **Agulles i fils - Taller de costura**

Vine al nostre taller de costura on aprendràs nocions pràctiques per gaudir transformant, reutilitzant o començar a cosir el que vulguis.

*Divendres, de 18.30 a 19.30 h – 29 de maig / Punt Jove (CC L'Era)*

- **Àgora Jove**

Espai de trobada on els joves podran intercanviar idees, comentar l'evolució dels tallers, proposar nous tallers, etc., fomentant així, la seva participació dintre de la programació. Aquest espai estarà embolcall prèviament a partir de petites dinàmiques de cuina, com per exemple, concursos de creps, gaudint així, d'una Àgora amb un berenar ben dolç.

*Divendres de 18 a 19.30 h – 17 d'abril i 17 de juny / Punt Jove (CC L'Era)*

- **Divendres Jove**

Activitat pensada per gaudir un divendres de l'agenda cultural jove de la ciutat, com també la realització de cohesió de grup mitjançant la visualització de diferents pel·lícules d'interès juvenil.

*Divendres de 18 a 19.30 h – 8 de maig i el 5 i 12 de juny / Punt Jove (CC L'Era)*