



CAN TÀPERA CURSOS

25/26

ART
MÚSICA
HISTÒRIA
MATEMÀTIQUES
BENESTAR
CINEMA
CUINA

CURSOS 2025 - 2026

Pàg.

3

ART

10

MÚSICA

15

HISTÒRIA

23

MATEMÀTIQUES

24

BENESTAR

32

CINEMA

34

CUINA

INTERSECCIONS ENTRE ART CONTEMPORANI I ESPIRITUALITAT

Professora: Pilar Rubí

Durada: Del 13 d'octubre al 24 de novembre de 2025

Horari: Dilluns de 17:00 a 18:30h

El curs farà un recorregut per projectes artístics i/o arquitectònics que han connectat art i espiritualitat, amb una especial atenció als desenvolupats per grans artistes i arquitectes, a capelles i temples cristians però no únicament. També veurem exemples d'altres cultes i creences que han cercat aliances amb la creació artística com a vehicle per reforçar la idea de comunicació amb entitats superiors.

PROGRAMA

13 d'octubre de 2025	Introducció: vincles entre espiritualitat i art
20 d'octubre de 2025	Visita: Intervencions contemporànies a La Seu (Gaudí, Jujol i Miquel Barceló)
27 d'octubre de 2025	Projectes artístics a capelles i esglésies (Matisse, Rothko, Scully i altres exemples)
3 de novembre de 2025	Abstracció i espiritualitat: Hilma Af Klint
10 de novembre de 2025	Cos i sincretisme: Ana Mendieta
17 de novembre de 2025	L'edifici religiós contemporani: de Ronchamp al futur
24 de novembre de 2025	Visita: La Porciúncula, església ideada per Josep Ferragut

Idioma: Castellà

Sortides: Hi ha 2 visites previstes durant el curs. També hi haurà un viatge d'un o dos dies, una vegada acabat el curs per veure algun projecte artístic o arquitectònic.

Preu: 75 € clients de CaixaBank / 105 € no clients
Excursions i viatge no inclosos en el preu



ELS AMICS DE MIRÓ

Professor/a: Francesca Gelabert Desnoyer
Durada: Del 14 d'octubre al 25 de novembre de 2025
Horari: Dimarts de 17:00 a 18:30 h

Un recorregut sobre l'evolució pictòrica de Miró així com de la seva vida a través d'alguns dels amics que més van influir a la seva obra, comparant aspectes biogràfics i trajectòries artístiques amb anècdotes interessants

PROGRAMA

14 d'octubre de 2025	LA MASIA DE HEMINGWAY. Ernest Hemingway i Miró.
21 d'octubre de 2025	REGARDS CROISÉS I PART. Pablo R. Picasso i Miró
28 d'octubre de 2025	REGARDS CROISÉS II PART. Pablo R. Picasso i Miró
4 de novembre de 2025	HOMO FABER, HOMO LUDENS I PART. Alexander Calder i Miró
11 de novembre de 2025	HOMO FABER, HOMO LUDENS II PART. Alexander Calder i Miró
18 de novembre de 2025	EL PLET DE LES CORBATES. Dalí i Miró
25 de novembre de 2025	LE ROI DU CALEMBOUR. Marcel Duchamp i Miró



Idioma: Castellà

Viatge: Possibilitat de visita Mas Miró, la Masia a Tarragona depenent del nombre d'alumnes.

Preu: 75 € clients de CaixaBank
 105 € No clients

Viatge no inclòs al preu

VELÁZQUEZ I EL SEU REI FELIP IV. ART, CULTURA I SECRETS DE LA CORT DEL SEGLE D'OR

Professor/a: Elena Conde

Durada: Del 16 d'octubre al 11 de desembre de 2025

Horari: Dijous de 17:00 a 18:30 h

“Velázquez, Felip IV i la Cort” és molt més que un curs d'història de l'art: és una porta d'entrada als salons del poder i als secrets que amaguen les pinzellades de Velázquez. Parlarem de pintura, però també d'etiqueta, arquitectura, moda i diplomàcia visual. Analitzarem com es construeix la imatge del poder i el paper clau de l'artista a la cort del Segle d'Or. Un recorregut transversal i crític per una època fascinant.

PROGRAMA

16 d'octubre de 2025 Sessió I

23 d'octubre de 2025 Sessió II

6 de novembre de 2025 Sessió III

20 de novembre de 2025 Sessió IV

27 de novembre de 2025 Sessió V

4 de desembre de 2025 Sessió VI

11 de desembre de 2025 Sessió VII

Idioma: Castellà

Viatge: Viatge a Sicília maig de 2026

Preu: 75 € clients de CaixaBank
105 € no clients

Viatge no inclòs al preu



LA MIRADA FEMENINA EN L'ART 2.0

Professor/a: Francesca Gelabert Desnoyer

Durada: Del 2 de desembre 2025 al 10 de febrer de 2026

Horari: Dimarts de 17:00 a 18:30 h

En aquesta nova sèrie de mirades femenines, mostrarem alguns dels col·lectius que han estat oblidats en l'ampli espectre d'estils i tècniques artístiques: des de les anomenades "germanes" finlandeses, a les escultores americanes "exiliades" a Roma, a les pintores de color, les asiàtiques, les sudamericanes, etc.



PROGRAMA

2 de desembre de 2025	Sessió I
9 de desembre de 2025	Sessió II
16 de desembre de 2025	Sessió III
13 de gener de 2026	Sessió VI
27 de gener de 2026	Sessió V
3 de febrer de 2026	Sessió VI
10 de febrer de 2026	Sessió VII

Idioma: Castellà

Preu: 75 € clients de CaixaBank
105 € no clients

ART

TAULA I CULTURA. ORÍGENS I DESENVOLUPAMENT A TRAVÉS DE L'ART I L'ARQUEOLOGIA.

Professor/a: Elena Conde

Durada: Del 12 de febrer al 26 de març de 2026

Horari: Dijous de 17:00 a 18:30 h

Menjar és molt més que una necessitat: és un acte cultural i, en ocasions, religiós, que reflecteix valors, jerarquies i formes de viure. Aquest curs proposa un viatge a través de les taules romanes, els sopars medievals i els refinaments barrocs. Analitzarem com cada època ha expressat el seu poder, la seva identitat i la seva espiritualitat mitjançant el menjar. La història de l'art, l'arqueologia i l'antropologia es combinen per entendre la cultura de la taula. Un recorregut apassionant per les formes d'alimentació que han forjat civilitzacions.

PROGRAMA

12 de febrer de 2026	Sessió I	12 de març de 2026	Sessió V
19 de febrer de 2026	Sessió II	19 de març de 2026	Sessió VI
26 de febrer de 2026	Sessió III	26 de març de 2026	Sessió VII
5 de març de 2026	Sessió VI		

Idioma: Castellà

Preu:

75 € clients de CaixaBank

105 € no clients

Viatge no inclòs al preu



LES ESCULTURES DE PALMA. VISITES GUIADES

Professor/a: Francesca Gelabert Desnoyer

Durada: Del 17 de febrer al 31 de març de 2026

Horari: Dimarts de 10:00 a 11:30 h

(entre una hora i hora i mitja màxim, dependent del itinerari)

Sabies que a Palma hi ha quasi 100 escultures? Coneixes els títols o els autors? Saps a quina època pertanyen o quin és el seu estil artístic?

Et convidem a un recorregut per ciutat, descobrint les escultures i tot allò que les envolta i les fa úniques.



PROGRAMA

17 de febrer de 2026 Primer itinerari
Teatre Principal fins a Passeig des Born

- 24 de febrer de 2026 Segon itinerari Plaça de la Reina fins a Passeig Dalt Murada

3 de març de 2026 Tercer itinerari
Passeig Sagrera fins a Passeig Marítim

10 de març de 2026 Quart itinerari
Avinguda Jaume III fins a Plaça Porta Santa Catalina - Puig de Sant Pere

17 de març de 2026 Cinquè itinerari
Passeig de la rambla fins a Avinguda Comte de Salient

24 de març de 2026 Sisè itinerari
Plaça d'Espanya fins a Plaça Sant Francesc

31 de març de 2026 Setè itinerari
Visita, entrada no inclosa en el curs, a les escultures del Palau Bartomeu March.

Idioma: Castellà

Preu: 75 € clients de CaixaBank
105 € No clients

Excursió no inclosa en el preu

ART

L'ART ÉS PER TOT ARREU

Professor/a: Francesca Gelabert Desnoyer

Durada: Del 14 d'abril al 26 de maig de 2026

Horari: Dimarts de 17:00 a 18:30 h

Heu vist quantes portades de llibres estan basades en obres d'art? I portades de discos? I pòsters de pel·lícules? I anuncis publicitaris?

En aquest curs descobrim com l'art es troba a tot arreu, sobretot al cinema. Mostrem quins són els artistes que més inspiren i perquè i trobarem curiositats i anècdotes interessants.

PROGRAMA

14 d'abril de 2026

Sessió I

21 d'abril de 2026

Sessió II

28 d'abril de 2026

Sessió III

5 de maig de 2026

Sessió IV

12 de maig de 2026

Sessió V

19 de maig de 2026

Sessió VI

26 de maig de 2026

Sessió VII

Idioma: Castellà

Preu:

75 € clients de CaixaBank

105 € no clients



MÚSICA

VIURE L'ÒPERA II! UNA APROXIMACIÓ DIFERENT PER A UN NOU I MÉS GRAN GAUDI

Professor/a: Francesc Bonnín

Durada: Del 17 d'octubre 2025 al 6 de febrer de 2026

Horari: Divendres de 18.00 a 19.30 h

El curs Viure l'òpera vol despertar i fer créixer el plaer per l'òpera a través del coneixement i la passió. Té com a objectiu incentivar i preparar l'assistència a espectacles operístics, descobrir obres poc conegudes i apropar, d'una manera senzilla i intuïtiva, els elements musicals i dramàtics que configuren aquest gènere.

PROGRAMA

17 d'octubre de 2025	Preparam anar a... La forza del destino, G. Verdi
14 de novembre de 2025	"Tot en un" I Anàlisi d'aires: text, forma, melodia, harmonia,orquestració
28 de novembre de 2025	Descobrim títols infreqüents: Alcina, G. F. Haendel
12 de desembre de 2025	Preparam anar a... La corte del Faraón
19 de desembre de 2025	Preparam anar a... La Traviata, G. Verdi
16 de gener de 2026	Preparam anar a... Der fliegende Holländer, R. Wagner
6 de febrer de 2026	Preparam anar a... Der fliegende Holländer, R. Wagner

Idioma: Castellà

Sortides: 23 octubre 2025 · La forza del destino – Aficine
9-11 gener 2025 · La corte del Faraón – Teatre Principal
14 gener 2026 · La Traviata – Aficine
18, 20 i 22 febrer 2026 · Der fliegende Holländer – Teatre Principal

aficine

Preu: 75 € clients de CaixaBank
105 € No clients

Excursions i viatge no incloses en el preu



MÚSICA

RERE LES PASSES DE BACH

Professor/a: Pere Estelrich i Massutí

Durada: Del 24 d'octubre al 28 de novembre de 2025

Horari: Divendres d'11.30 h a 13.00 h

Aquest curs vol ser una introducció a una de les figures cabdals de la història de la música: Johann Sebastian Bach. A través d'aquestes sessions, els participants podran fer-se una idea de l'amplitud del llegat del mestre alemany, que va compondre obres de tots els gèneres, excepte l'òpera. Començarem amb una primera classe sobre la seva vida i la seva obra, per després dedicar les altres classes a diferents obres i estils.

PROGRAMA

24 d'octubre de 2025 Bach, vida i obra

31 d'octubre de 2025 El Bach litúrgic I

14 de novembre de 2025 El Bach litúrgic II

21 de novembre de 2025 El Bach Organista

28 de novembre de 2025 El Bach instrumental

Idioma: Català

Viatge: Possible anada a Barcelona el 2 de desembre per escoltar un Programa Bach amb el Bach Collegium al Palau de la Música.

Preu: 60 € clients de CaixaBank
80 € No clients

Viatge no inclòs al preu



MÚSICA

EL CARNAVAL DE SCHUMANN: ENTRE LA FANTASIA I LA REALITAT

Professor/a: Magí Garcías

Durada: Del 7 de novembre de 2025 al 19 de juny de 2026

Horari: Divendres d'11:30 a 13:00 h

Aquest curs consisteix en una exploració de la música de Schumann en què analitzarem els missatges codificats de la seva obra, els personatges de la mitologia schumanniana omnipresents en la seva producció, les relacions entre l'obra i la seva immortal història romàntica amb Clara Wieck. També analitzarem si la seva obra ens dona indicacions sobre la seva castigada salut mental i com a font de l'estudi utilitzarem una obra paradigmàtica: el Carnaval Op. 9. La darrera sessió serà una novetat especial: un diàleg amb una personalitat del món de la música clàssica que compartirà visions sobre la temàtica treballada al curs i aproparà el públic a curiositats interessants sobre el món de la música. Gaudeix de música en viu en aquest viatge per la ment d'un geni romàntic!

PROGRAMA

7 de novembre de 2025. Sessió I: Comèdia de l'art?

12 de desembre de 2025. Sessió II: Eusebius i Florestan, dues personalitats en la música de Schumann

16 de gener de 2026. Sessió III: Missatges codificats

20 de febrer de 2026. Sessió IV: La història del Carnaval

8 de maig de 2026. Sessió V: Paganini

19 de juny de 2026. Sessió VI: Diàleg amb una personalitat del món de la música clàssica amb torn de preguntes.



Idioma: Català

Preu: 75 € Clients de CaixaBank
105 € No clients

MÚSICA

ELS CONCERTS PER A PIANO, SENSIBILITAT A FLOR DE PELL

Professor/a: Pere Estelrich i Massutí

Durada: Del 9 de gener al 17 d'abril de 2026

Horari: Divendres d'11.30 a 13.00 h

El curs intentarà mostrar amb exemples triats les diverses maneres d'entendre la forma musical "Concert per a piano i orquestra", des dels seus inicis al barroc, fins a l'entrada del segle XX, passat pel classicisme de Mozart i el Romanticisme.

PROGRAMA

9 de gener de 2026. Mozart i el teclat

30 de gener de 2026. Repassem Beethoven. Els adagios del geni

6 de febrer de 2026. Els dos concerts de Chopin. Inici del romanticisme

13 de febrer de 2026. La intel·lectualitat de Brahms

6 de març de 2026. La passió de Txaiovski

20 de març de 2026. El teclat nòrdic de Grieg

17 d'abril de 2026. El postromanticisme de Rakhmàninov

Idioma: Català

Viatge: 8 febrer, anada a Barcelona.
concert per a piano de Chopin

Preu: 75 € Clients de CaixaBank
105 € No clients

Viatge no inclòs al preu



MÚSICA

VIURE L'ÒPERA II! UNA APROXIMACIÓ DIFERENT PER A UN NOU I MÉS GRAN GAUDI

Professor/a: Francesc Bonnín

Durada: Del 13 de febrer al 5 de juny de 2026

Horari: Divendres de 18.00 a 19.30 h

El curs Viure l'òpera vol despertar i fer créixer el plaer per l'òpera a través del coneixement i la passió. Té com a objectiu incentivar i preparar l'assistència a espectacles operístics, descobrir obres poc conegudes i apropar, d'una manera senzilla i intuïtiva, els elements musicals i dramaturgics que configuren aquest gènere.

PROGRAMA

13 febrer de 2026	La tabernera del Puerto, P. Sorozábal. Sarsuela
13 març de 2026	"Tot en un" II Anàlisi d'aires: text, forma, melodia, harmonia, orquestració
27 març de 2026	"Les flors... amistat, amor i mort"
17 abril de 2026	Preparam anar a... Lucia di Lammermoor
8 maig de 2026	Descobrim títols infreqüents: Samson et Dalila, C. Saint-Saëns
22 maig de 2026	Preparam anar a... Rigoletto, G. Verdi I
5 juny de 2026	Preparam anar a... Rigoletto, G. Verdi II



Idioma: Castellà

Sortides:

7 maig 2026 · Lucia di Lammermoor – Aficine
18 juny 2026 · Rigoletto – Aficine
17, 19 i 21 juny 2026 · Rigoletto – Teatre Principal

aficine

Preu: 75 € clients de CaixaBank
105 € no clients

Excursions i viatge no inclosos en el preu

HISTÒRIA

GRANS RELIGIONS DE L'ÍNDIA

Professor/a: Pablo José Alcover Cateura.

Doctor en Història Medieval i investigador R2 a la Universitat de les Illes Balears.

Durada: Del 14 d'octubre al 25 de novembre de 2025

Horari: Dimarts d'11.00 a 12.30 h

Si hi ha un lloc al món amb una immensa diversitat humana i religiosa és l'Índia. Al país més poblat del món, 1.420 milions al 2023, es parlen 447 llengües i es practiquen més de 100 religions diferents. Aquest curs té com a objectiu ensenyar quins són els fonaments de les grans religions de l'Índia, la seva història mil·lenària, els seus temples, festes i tradicions.

PROGRAMA

14 d'octubre de 2025

L'hinduisme. Fonaments d'una religió mil·lenària

21 d'octubre de 2025

L'hinduisme. Déus principals i grans temples

28 d'octubre de 2025

El jainisme. La religió desconeguda de l'Índia

4 de novembre de 2025

Siddhartha Gautama. Buda, fundador del budisme

11 de novembre de 2025

El budisme. El camí cap al nirvana

18 de novembre de 2025

Els sikhs. Una minoria guerrera i religiosa

25 de novembre de 2025

Cristians de Sant Tomàs o nasranis



Idioma: Castellà

Preu:

75 € clients de CaixaBank

105 € no clients

HISTÒRIA

DESCOBRIR PALMA. VISITES GUIADES I

Professor/a: Pablo José Alcover Cateura.

Doctor en Història Medieval i investigador R2 a la Universitat de les Illes Balears.

Durada: Del 15 d'octubre al 26 de novembre de 2025

Horari: Dimecres de 10:00 a 11:00 h / 11:00 a 12:00 h / 12:00 a 13:00 h

Palma té molta història. Hi ha un llenguatge ocult a les façanes, a les esglésies i als palaus que hem de descobrir. Aquest curs pretén conèixer i estimar el nostre patrimoni, ric i divers. Sols el podem estimar si el coneixem.

PROGRAMA

15 d'octubre de 2025

22 d'octubre de 2025

29 d'octubre de 2025

5 de novembre de 2025

12 de novembre de 2025

19 de novembre de 2025

26 de novembre de 2025

La Seu. Panteó dels reis de Mallorca

La Llotja. L'obra genial de Guillem Sagrera

Sant Joan de Malta. Un temple de nobles

El raval del mar. El barri de Sant Pere

Santa Creu. La parròquia dels mariners i dels corsaris

Es Call/la Calatrava. Un barri que no s'ha d'oblidar

Sant Miquel. L'església amb la història més insòlita

Idioma:

Castellà

Preu:

75 € clients de

CaixaBank

105 € no clients

Inscripcions exclusivament presencials, amb un màxim de 2 per persona degudament signades.



HISTÒRIA

GRANS RELIGIONS D'ORIENT

Professor/a: Pablo José Alcover Cateura.

Doctor en Història Medieval i investigador R2 a la Universitat de les Illes Balears.

Durada: Del 2 de desembre 2025 al 10 de febrer de 2026

Horari: Dimarts d'11.00 a 12.30 h

Les religions i les filosofies orientals han estat forjadores de grans civilitzacions. No es comprèn el govern imperial xinès sense el confucianisme, ni el món pagès de la Xina sense el taoisme, ni el Japó dels samurais sense el sintoisme. S'expliquen també les dues grans religions orientals monoteistes més antigues: el zoroastrisme i el judaisme. Aquest curs té com a objectiu ensenyar quins són els fonaments d'aquestes grans religions, la seva història mil·lenària, els seus temples, festes i tradicions.

PROGRAMA

2 de desembre de 2025	Zoroastre i la primera religió monoteista del món
9 de desembre de 2025	Art zoroastrià. De la Pèrsia Sassànida fins a l'actualitat
16 de desembre de 2025	El judaisme. Fonaments de la religió del poble d'Israel
13 de gener de 2026	Les sinagogues. Construcció i destrucció a Occident
27 de gener de 2026	Confucianisme i taoisme. Les religions que modelaren la Xina.
3 de febrer de 2026	El sintoisme. La religió ancestral del Japó
10 de febrer de 2026	El bahaisme. La religió monoteista oblidada



Idioma: Castellà

Preu: 75 € clients de
CaixaBank
105 € no clients

HISTÒRIA

DESCOBRIR PALMA. VISITES GUIADES II

Professor/a: Pablo José Alcover Cateura.

Doctor en Història Medieval i investigador R2 a la Universitat de les Illes Balears.

Durada: Del 3 de desembre de 2025 al 28 de gener de 2026

Horari: Dimecres de 10:00 a 11:00 h / 11:00 a 12:00 h / 12:00 a 13:00 h

Palma té molta història. Hi ha un llenguatge ocult a les façanes, esglésies i palaus que hem de descobrir. Aquest curs pretén conèixer i estimar el nostre patrimoni, ric i divers. Sols el podem estimar si el coneixem.

PROGRAMA

3 de desembre de 2025

Sant Nicolau. Una meravellosa església gòtica i neogòtica

10 de desembre de 2025

Les murades de Palma. Defensa de la ciutat i llegendes

17 de desembre de 2025

L'església de Santa Catalina. Història d'un temple i raval

7 de gener de 2026

Can Balaguer. El palau d'un músic ric

14 de gener de 2026

L'església del Terreno. Una parròquia rica per a un barri

21 de gener de 2026

El Museu de Mallorca. Un museu dins un gran palau

28 de gener de 2026

Contra pirates i corsaris musulmans. El convent de la Mercè

Idioma:
Castellà

Preu:

75 € clients de

CaixaBank

105 € no clients

*Inscripcions
exclusivament
presencials,
amb un màxim
de 2 per per-
sona deguda-
ment signades.*



HISTÒRIA

REINES I PAGESES. CICLE DE CONFERÈNCIES SOBRE LA DESIGUALTAT ECONÒMICA A LA CORONA D'ARAGÓ (SEGLES XIV-XV)

Professor/a: Pablo José Alcover Cateura.

Doctor en Història Medieval i investigador R2 a la Universitat de les Illes Balears.

Durada: 30 de gener, 20 de febrer, 13 de març de 2026

Horari: Divendres de 18:00 a 19:30 h

Durant els segles XIV i XV, la desigualtat econòmica entre les dones de l'alta societat i les dels estrats socials més humils es va anar engrandint. Aquest cicle de conferències de divulgació analitza des de les vides de reines, com Maria de Nàpols, esposa del rei Sanç de Mallorca, els negocis de les dones dels grans mercaders de Barcelona, així com la modesta i fins i tot miserable existència de les dones de les classes populars d'Alcúdia. El cicle forma part de les activitats *Desigualdad, Movilidad y conflicto social en el mundo urbano (Cataluña y Mallorca, s. XIII-XVI)*, IP Pere Verdés Pijuan, PID2022-141368NB-C22. Programa Estatal para Impulsar la Investigación Científico-Técnica y su Transferencia, en el marc del Plan Estatal de Investigación Científica, Técnica y de Innovación 2021-2023. Durada: 2023-2026.



PROGRAMA

1. La reina Maria de Nàpols. Una vida infeliç dins la classe alta.
Conferenciant: Lluís Tudela Villalonga, UNED. Universidad Nacional de Educación a Distancia.
2. Mercaderes. Dones de negocis a la Corona d'Aragó (ss. XIV-XV).
Conferenciant: María Dolores López Pérez, UB. Universitat de Barcelona.
3. Riquesa i pobresa femenina a les viles del nord de Mallorca a l'edat mitjana. Conferenciant: Antoni Mayol Llompart, Arxiu Històric Municipal d'Alcúdia.

Idioma: Castellà

Preu únic: 30 €



HISTÒRIA

EN TEMPS DE PAU I EN TEMPS DE GUERRA: VIDA QUOTIDIANA AL MÓN CLÀSSIC

Professor/a: Antònia Soler i Nicolau

Durada: Del 4 de febrer al 18 de març de 2026

Horari: Dimecres d'11.00 a 12.30 h

Són molts els aspectes que s'han de tenir en compte per fer una bona aproximació al món clàssic, dels grecs i dels romans: com era el seu dia a dia, les feines que duïen a terme segons la seva condició social, quina llei els emparava, com es desplaçaven, com s'assabentaven de les notícies, què es considerava un menjar de luxe, l'esperança de vida, les empreses i societats, el lucre, el grau d'alfabetització... De tot això i més parlarem a les sessions d'aquest curs, que ofereix uns retalls de la vida quotidiana a Grècia i a Roma basats en els textos d'autors clàssics, en les restes arqueològiques i també en la jurisprudència conservada.

PROGRAMA

4 de febrer de 2026	Scripta manent (l'alfabet i l'escriptura)
11 de febrer de 2026	La ceràmica, un element multiús
18 de febrer de 2026	Els viatges i desplaçaments
25 de febrer de 2026	La dona, el seu àmbit i els seus límits
4 de març de 2026	L'art de la guerra
11 de març de 2026	Religió i religiositat
18 de març de 2026	La política

Idioma: Català

Preu: 75 € clients de
CaixaBank
105 € no clients



HISTÒRIA

ELS ORÍGENS DEL RENAIXEMENT (SEGLES XIV-XV)

Professor/a: Pablo José Alcover Cateura.

Doctor en Història Medieval i investigador R2 a la Universitat de les Illes Balears.

Durada: Del 17 de febrer al 31 de març de 2026

Horari: Dimarts d'11:00 a 12:30 h

L'objectiu principal d'aquest curs és conèixer els aspectes fonamentals del Renaixement i la seva importància a Occident. És un curs de introducció a la Història, on es donaran les claus per comprendre que va succeir a Itàlia durant els segles XIV-XV.



PROGRAMA

17 de febrer de 2026. El gran impulsor. Francesco Petrarca.

24 de febrer de 2026. El cercle de Petrarca. Giovanni Boccaccio.

3 de març de 2026. Giotto. El pintor admirat per Petrarca, Dante i Boccaccio.

10 de març de 2026. Filippo Brunelleschi. L'arquitecte alla antica.

17 de març de 2026. Un escultor extraordinari. Donatello.

24 de març de 2026. Una mort abans d'hora. Masaccio.

31 de març de 2026. Un romà universal. Lorenzo Valla.

Idioma: Castellà

Preu: 75 € clients de CaixaBank
105 € no clients

HISTÒRIA

ENTRE FLORÈNCIA, ROMA I FLANDES. L'ESPLENDOR DEL RENAIXEMENT (SEGLES XV-XVI)

Professor/a: Pablo José Alcover Cateura.

Doctor en Història Medieval i investigador R2 a la Universitat de les Illes Balears.

Durada: Del 14 d'abril al 26 de maig de 2026

Horari: Dimarts d'11:00 a 12:30 h

L'objectiu principal d'aquest curs és conèixer els aspectes fonamentals del Renaixement i la seva importància a Occident. És un curs de introducció a la Història, on es donaran les claus per comprendre que va succeir a Florència, Roma i Flandes durant els segles XV-XVI.

PROGRAMA

14 d'abril de 2026	Un artista innovador. Jan van Eyck
21 d'abril de 2026	Un geni de l'legenda. Leonardo da Vinci
28 d'abril de 2026	Un artista irrepetible. Miquel Àngel
5 de maig de 2026	Un pintor únic al servei del papat. Rafael
12 de maig de 2026.	Un arquitecte quasi llegendari. Bramante
19 de maig de 2026	L'home del Renaixement per excel·lència. Erasme de Rotterdam
26 de maig de 2026	No hi ha artista equiparable. Albrecht Dürer

Idioma: Castellà

Preu: 75 € clients de
CaixaBank
105 € no clients



MATEMÀTIQUES

XERRADES DE DIVULGACIÓ MATEMÀTICA

Professor/a: Pere Estelrich i Massutí

Durada: Del 15 de maig al 5 de juny de 2026

Horari: Divendres d'11:30 a 13:00 h

Seguint la línia iniciada fa dos cursos, al llarg de les sessions s'intenten oferir elements de matemàtiques a partir de jocs, endevinalles, acudits i històries diverses, per tal que, de manera entretinguda i sense coneixements previs de la matèria, es pugui entendre millor la ciència dels nombres.

PROGRAMA

15 de maig de 2026 - Matemàtica té nom de dona

22 de maig de 2026 - Jugam als daus? Estadística i probabilitat

29 de maig de 2026 - Musimàtica. Música i matemàtiques

5 de juny de 2026 - Els càlculs de Déu. Les matemàtiques i la Bíblia



Idioma: Català

Viatge: Sortida per visitar el museu de matemàtiques de Catalunya (opcional)

Preu: 45€ clients de CaixaBank
65 € no clients

BENESTAR

CREACIÓ I TERÀPIA LITERÀRIA (GRUP INICIACIÓ).

Professor/a: Guillem Rosselló Bujosa

Durada: Del 15 d'octubre de 2025 al 13 de maig de 2026

Horari: Dimecres de 17.00 a 18.00 h

En aquest curs els alumnes aprendran a expressar les situacions que emergeixen de la realitat que ells mateixos construeixen, en interacció amb els altres i el món que els envolta. A través del joc creatiu, els qui ho vulguin, podran desenvolupar noves històries a partir de les seves experiències i percepcions. El curs serà també una teràpia que els ajudi a organitzar els pensaments i a resoldre conflictes personals a partir de l'escriptura.

PROGRAMA

15 sessions quinzenals

Idioma: Castellà

Viatge: A mitjan curs es plantejarà als alumnes dels dos cursos fer un viatge de tres dies a València (del 9 al 12 d'abril, s'han de tancar les dates) per estudiar la figura de Vicente Blasco Ibáñez, autor d'obres com *Canyes i fang* i *L'heretge*.

Preu:

165 € clients de CaixaBank

180 € no clients

Viatge no inclòs en el preu



BENESTAR

CREACIÓ I TERÀPIA LITERÀRIA (GRUP AVANÇAT).

Professor/a: Guillem Rosselló Bujosa

Durada: Del 15 d'octubre de 2025 al 13 de maig de 2026

Horari: Dimecres de 18.30 a 19.30 h

El Curs Avançat ja suposa un petit o un gran repte de repte per a aquells alumnes que desitgen continuar aprenent a crear i a escriure, sigui per a ells mateixos, o amb el desig d'anar redactant una obra amb el somni de publicar-la. El professor, per ajudar en aquests objectius, plantejarà reptes adaptats a cadascun dels alumnes que, naturalment, seran els que decideixin quines fites s'imposen.

PROGRAMA

15 sessions quinzenals

Idioma: Castellà

Viatge: A mitjan curs es plantejarà als alumnes dels dos cursos fer un viatge de tres dies a València (del 9 al 12 d'abril, s'han de tancar les dates) per estudiar la figura de Vicente Blasco Ibáñez, autor d'obres com *Canyes i fang* i *L'heretge*.

Preu:

195 € clients de CaixaBank

210 € no clients

Viatge no inclòs en el preu



TALLER NEUROACTIVA'T: MOU LES TEVES NEURONES

Professor/a: Macarena Sánchez Rojas

Durada: Del 15 d'octubre de 2025 al 27 de maig de 2026

Horari: Dimecres de 17.00 a 18.30 h

Curs dirigit a persones de més de 65 anys que vulguin mantenir en forma les seves neurones. A través d'exercicis pràctics potenciaràs les teves capacitats cognitives, com la memòria, el llenguatge o el càlcul, entre d'altres, en un ambient motivador i enriquidor.

PROGRAMA

28 sessions

Idioma: Castellà

Preu: 150 € clients de CaixaBank
185 € no clients



EMOCIONA'T: TALLER PRÀCTIC DE GESTIÓ EMOCIONAL

Professor/a: Macarena Sánchez Rojas

Durada: Del 24 d'octubre de 2025 al 12 de juny de 2026

Horari: Divendres de 17.00 h a 18.30 h

“En l'equilibri hi ha la virtut”. Trobar l'equilibri emocional és l'objectiu d'aquest taller. Aprendre a identificar, a comprendre i a transformar les emocions d'una manera pràctica i conscient.

A cada sessió es faran exercicis pràctics per realitzar tant a les sessions com a casa.

PROGRAMA

BLOC 1:

ENTENENT LA MEVA MENT
I LES MEVES EMOCIONS

Dates:

- 24 d'octubre de 2025
- 31 d'octubre de 2025
- 7 de novembre de 2025
- 21 de novembre de 2025
- 5 de desembre de 2025

BLOC 2:

GESTIONANT
L'ANSIETAT

Dates:

- 09 de gener de 2026
- 23 de gener de 2026
- 30 de gener de 2026
- 20 de febrer de 2026
- 06 de març de 2026

BLOC 3:

COM EM
CUIDO?

Dates:

- 20 de març de 2026
- 24 d'abril de 2026
- 15 de maig de 2026
- 29 de maig de 2026
- 12 de juny de 2026

Idioma: Castellà

Preu: 150 € clients de CaixaBank
185 € no clients



LITERATURA, UNA APROXIMACIÓ A LA NATURA A TRAVÉS DE LA LECTURA

Professor/a: Inmaculada Gascón López

Durada: Del 10 de novembre de 2025
al 23 de març de 2026

Horari: Dilluns de 17.00 a 19.00 h



El taller tracta d'abordar la qüestió essencial #SomNatura a través d'una passió compartida, la lectura de diverses novel·les i assaigs, posats en comú al taller.

Com al programa #LaClave, que alguns de vosaltres recordareu, un debat presentat i moderat al seu dia per José Luis Balbín, en el qual s'abordaven temes d'actualitat que afectaven la societat espanyola, tractarem qüestions diverses relacionades amb el món rural, l'urbà, el món natural no intervingut per l'home i reflexionarem sobre la nostra relació amb la Natura.

Ens endinsarem en lectures del passat i del present i posarem en comú les nostres experiències. Tractarem aspectes rellevants com l'alimentació, el consum, les nostres aficions, els nostres hàbits i rutines, i moltes coses més.

PROGRAMA

1. PRIMER BLOC

10 de novembre de 2025
MIRAR ENRERE PER CONSTRUIR
EL PRESENT

17 de novembre de 2025
QUÈ M'ESTÀ PASSANT?

24 de novembre de 2025
DESCOBRIM LA NATURA
A TRAVÉS D'AUTORS DEL
PASSAT I DEL PRESENT, EL MÓN
RURAL, L'URBÀ I TOT ALLÒ NO
INTERVINGUT PER L'HOME

1 de desembre de 2025
ENS ENDINSAM DES DE
L'ALIMENTACIÓ

17 de desembre de 2025
CLOENDA PRIMER BLOC:
ENS EN ANAM, MIRAM CAP
A FORA, DES DE DINS en un
#CafèLiterari amb Santiago
Beruete, escriptor convidat.

2. SEGON BLOC

16 de febrer de 2026
CIUTATS, CANVI CLIMÀTIC I
PÈRDUA DE BIODIVERSITAT A
CA NOSTRA

23 de febrer de 2026
ART I CIÈNCIA, CONCILIAR
ALLÒ DISSOCIAT, PEL·LÍCULES,
MÚSICA, FOTOGRAFIA I ALTRES
ARTS: ELS JARDINS

9 de març de 2026
L'ART DE CAMINAR, MUNTANYES,
ALPINISTES, VIATGERS I LLOCS

16 de març de 2026
DONES, UNA MANERA
DIFERENT DE CONTAR

23 de març de 2026
CLOENDA SEGON BLOC:
ENS EN ANAM, MIRAM CAP
A FORA, DES DE DINS en un
#CafèLiterari amb Aina S.
Erice, escriptora convidada.



Idioma: Castellà

Preu per bloc:

100 € clients de CaixaBank
125 € no clients



CERÀMICA VIVA: FANG, EMOCIÓ I TRANSFORMACIÓ

Professor/a: Mònica Vaquer i Marín
Durada: Del 8 de gener al 19 de febrer de 2026
Horari: Dijous de 17.00 a 19.00 h

Ceràmica Viva és un taller de creació ceràmica i transformació emocional.

A través del treball amb el fang, les textures i els esmalts explorarem el poder de les mans i la ment com a canal d'expressió, presència i autoconeixement.

Cada peça és una metàfora dels nostres processos interns, modelada amb intenció i consciència, o no. Combinarem tècniques ceràmiques amb dinàmiques sensorials. Serà un espai íntim i compartit on l'art es converteix en una eina d'alliberament.

PROGRAMA

8 de gener de 2026

Primera sensació amb el fang. La novetat dins el sentiment
Tècnica de ceràmica: modelatge lliure amb les mans.
Enfocament emocional: desbloqueig sensorial.
Exploració del tacte.

15 de gener de 2026

Respirar i deixar-se anar
Tècnica de ceràmica: tècnica del pessic (bol).
Enfocament emocional: respiració controlada.
Alliberar tensions emocionals retingudes.

22 de gener de 2026

Modelar el que sent
Tècnica de ceràmica: figura simbòlica, sense judici estètic.
Enfocament emocional: expressió no verbal.
Validació interna, frustració i gestió d'aquesta frustració.

29 de gener de 2026

Contenir-me
Tècnica de ceràmica: recipient de contenció, envàs tancat, estret, contingut i mesurat.
Enfocament emocional: límit salu-
dable, contenir sense reprimir.

5 de febrer de 2026

El que em passa
Tècnica de ceràmica: modelar una peça emocional i després alleugerir-la (buidatge); es crearà una peça cega (amb els ulls tancats).
Enfocament emocional: deixar anar càrregues, reconèixer el pes emocional i alleugerir-lo.

12 de febrer de 2026

La imperfecció com a bellesa
Tècnica de ceràmica: tècnica d'esquerdes, trencaments o deformacions, colpejat contingut. Apreciar allò que es romp o es fractura (tècnica inspirada en el kintsugi).
Enfocament emocional: acceptació, autocompassió, bellesa del que està trencat.

19 de febrer de 2026

Compartint allò que és difícil
Tècnica de ceràmica: peça en parella o grupal.
Enfocament emocional: escolta, empatia, vincle emocional, discrepàncies i gestió de la manca de control de la situació en alguns moments.
També tancament emocional del que hem viscut amb aquelles emocions que s'escapen del nostre control.
(Totes les sessions van acompanyades d'un diari emocional d'àula després i abans de cada sessió)

Idioma: Castellà

Excursió: Museu monogràfic de Son Fornés (Montuiri)

Preu: 145€ clients de CaixaBank
175 € no clients

** Inclòs material + copa de vi en la darrera sessió*

COMUNICACIÓ: L'ART DE SEDUIR MÉS ENLLÀ DE LES PARAULES

Professor/a: Lina Pons

Durada: Del 12 de gener al 23 de febrer de 2026

Horari: Dilluns de 17.00 a 19.00 h

El curs ens ensenya a desenvolupar habilitats comunicatives per parlar en públic amb seguretat i claredat, a prendre consciència del propi cos, la veu i les emocions com a eines de comunicació. A aprendre a adaptar el discurs segons el context (auditori gran o petit comitè). Com parlar davant una càmera, una xarxa social o, simplement, com millorar les nostres habilitats de relació. La comunicació és màgia i, amb aquesta màgia, arribarem a la seducció de les paraules, la mirada i els silencis.

PROGRAMA

12 de gener de 2026	La base de tot – Respiració i presència
19 de gener de 2026	Trobar i projectar la veu
26 de gener de 2026	Emfatitzar per captivar
2 de febrer de 2026	El cos parla – Llenguatge corporal
9 de febrer de 2026	La mirada i la connexió amb el públic
16 de febrer de 2026	Parlar en petit comitè vs. gran públic
23 de febrer de 2026	Presentació final

Metodologia:

- Tallers pràctics, amb exercicis individuals i en grup.
- Gravacions i visualització de les intervencions.
- Dinàmiques de confiança i expressió corporal.

Idioma: Català

Preu: 165 € clients de CaixaBank
190 € no clients



BENESTAR

L'ART DE CUIDAR-SE: EL IOGA

Professor/a: Gemma Ribell Contreras

Durada: Del 4 de març al 27 de maig de 2026

Horari: Dimecres de 18.00 a 20.00 h

L'art de cuidar-se: el ioga, és una invitació a fer una pausa i a entrar a un espai d'autoconeixement. Aquest curs va dirigit tant a les persones que no han tengut cap contacte amb el ioga com a les que sí que ja hi tenen un recorregut.

La proposta es basa en la idea de procés, una manera d'anar descobrint què és el ioga i què ens aporta per al nostre benestar (físic, mental i emocional), a la vegada que s'integra a través d'una pràctica. No importa l'edat, la condició física o l'experiència.

PROGRAMA

4 de març de 2026	Què és el ioga (cossos mental, físic i energètic)
18 de març de 2026	Respiració i ment
1 d'abril de 2026	Regulació emocional mitjançant el ioga
15 d'abril de 2026	Ment i meditació
29 d'abril de 2026	Millora del malestar psíquic mitjançant el ioga
13 de maig de 2026	So, mantra i mitologia hindú
27 de maig de 2026	Estimar la pràctica. Autocura



Idioma: Castellà

Preu: 125 € clients de CaixaBank
150 € no clients

CINEMA

LA MIRADA FÍLMICA: EL CINEMA QUE ENS AJUDA A TRANSCENDIR I

Professor/a: Joan Maura Garcia

Durada: Del 15 d'octubre al 17 de desembre de 2025

Horari: Dimecres de 18.00 h a 19.30 h

Autoria, escriptura, creació d'imatges. De la ment a la pantalla, del text a la càmera. Durant aquestes catorze sessions coneixerem els processos de l'escriptura fílmica, els estudiarem en autors concrets i coneixerem el seu univers de manera profunda. Analitzarem escenes in situ, estudiarem els moviments de càmera i les decisions artístiques preses.

PROGRAMA

15 d'octubre de 2025	L'escriptura fílmica. Una pàgina, un minut
22 d'octubre de 2025	<i>Así se hacen las películas</i> , el cinema amb els ulls de Sidney Lumet
29 d'octubre de 2025	Anatomia d'una pel·lícula: <i>Tarde de perros</i> , de Sidney Lumet
19 de novembre de 2025	El cinema dels germans Cohen
26 de novembre de 2025	A estudi: La pel·lícula perfecta; <i>Valor de ley</i> , dels Cohe
10 de desembre de 2025	Com veure pel·lícules? Un cas particular: <i>SEVEN</i> , de David Fincher
17 de desembre de 2025	Del llibre a la pantalla. L'adaptació cinematogràfica d' <i>El abuelo</i> , de Garci

Idioma: Castellà

Tot això sumat a la visita mensual al cinema per comentar, desgranar i debatre les pel·lícules de l'actualitat

afacine

Preu: 75 € clients de CaixaBank
105 € no clients

Sortides no incloses en el preu



CINEMA

LA MIRADA FÍLMICA: EL CINEMA QUE ENS AJUDA A TRANSCENDIR II

Professor/a: Joan Maura Garcia

Durada: Del 14 de gener al 25 de febrer de 2026

Horari: Dimecres de 18.00 a 19.30 h

Psicologia i imatge. L'imaginari de cineastes únics i la seva manera particular de veure el món, juntament amb l'estudi crític i concís de la seva obra. A la segona part del curs, ens endinsarem en els camins de la bogeria i l'existencialisme de la mà de Bergman, en el sentit del naufragi i el neguit mediterranis de Villaronga, i també en l'esperança, l'humor i el cinisme tan característics de figures com Berlanga i Fernando Fernán Gómez. Tot això per concloure amb l'estudi particular d'una petita història

PROGRAMA

14 de gener de 2026.	L'univers d'Agustí Villaronga I: Naufrag mediterrani.
21 de gener de 2026.	L'univers d'Agustí Villaronga II: Pa Negre i la infància perduda.
28 de gener de 2026.	Psicologia de la imatge I: Bergman, home de sofriments.
4 de febrer de 2026.	Psicologia de la imatge II: L'univers de Bergman, un cinema que fa mal.
11 de febrer de 2026.	Cinema, guió i actuació. O dit d'una altra manera: Berlanga.
18 de febrer de 2026.	Si el cinema és un viatge, el destí és... Fernando Fernán Gómez.
25 de febrer de 2026.	Tres anys per tres dies. Com es fan les pel·lícules?

Idioma: Castellà

Tot això sumat a la visita mensual al cinema per comentar, desgranar i debatre les pel·lícules de l'actualitat

aficine

Preu: 75 € clients de CaixaBank
105 € no clients

Sortides no incloses en el preu



DEL JARDÍ BOTÀNIC A LA CUINA: LA COL BORRATXONA

Professor/a: Llorenç Payeras i Juan A. Fernández

Durada: 18 d'octubre de 2025

Horari: Dissabte de 10:00 a 13:00 h

Les varietats tradicionals són un tresor que forma part de la nostra identitat. Han crescut i s'han adaptat al llarg dels segles al clima i al sòl de les Illes, i ens ofereixen gustos únics que gairebé havíem oblidat. Recuperar-les significa mantenir viva la nostra biodiversitat i tornar a gaudir d'una cuina amb arrels.

PROGRAMA

Part teòrica: les varietats locals de col, la seva importància a les cuines de pagès i les anècdotes que les envolten. La col borratxona en serà la protagonista.

Showcooking i tast: deixa't inspirar per noves receptes que reinterpreten la tradició i com-prova com aquestes cols poden brillar en la cuina d'avui.



Idioma: Català

Preu únic: 30 €

DEL JARDÍ BOTÀNIC A LA CUINA: LA PASTANAGA NEGRA

Professor/a: Llorenç Payeras i Juan A. Fernández

Durada: 21 de febrer de 2026

Horari: Dissabte de 10:00 a 13:00 h

Les varietats tradicionals són un tresor que forma part de la nostra identitat. Han crescut i s'han adaptat al llarg dels segles al clima i al sòl de les Illes, i ens ofereixen gustos únics que gairebé havíem oblidat. Recuperar-les significa mantenir viva la nostra biodiversitat i tornar a gaudir d'una cuina amb arrels.

PROGRAMA

Part teòrica: coneix la història i les curiositats d'aquesta hortalissa tan especial, les seves formes de cultiu i els seus usos tradicionals.

Showcooking i tast: descobreix com incorporar-la a plats actuals i sorprèn-te amb el seu color intens i gust diferent.



Idioma: Català

Preu únic: 30 €



MATRICULACIÓ

Termini de matriculació:

Del 29 de setembre al 2 d'octubre

Modalitats:

Presencial: instal·lacions Fundació SA NOSTRA
a c/ Can Tàpera, 5, de Palma
de 10:30 a 18:00 h ininterrompudament

Correu electrònic:

fundacio@fundaciosanostra.es

És necessari presentar el full d'inscripció emplenat en el moment de la matrícula, el qual s'entregarà en aquest moment. El pagament s'ha de realitzar a través de targeta bancària.

Les places són limitades. Els cursos s'impartiran sempre que es compleixi el nombre mínim d'alumnes previst.

Inici dels cursos:

Setmana del 13 d'octubre
Telèfon d'informació: 971 595 980
(de dilluns a divendres d'11.00 a 13.30 h)

www.fundaciosanostra.es
C/ Can Tàpera, 5, San Agustí
150 places de pàrquing gratuït
BUS LÍNIA 46 EMT. La Bonanova - Gènova - Sindicat.
Parada 786 Can Tàpera