

n.1



cicle estiu

Escola Oficis de Muntanya

REHABITAR ENVALL

SOBIRANIA

AUTOGESTIÓ

RECURSOS LOCALS

SAVIESA POPULAR

EINES

CICLICITAT

MATÈRIES PRIMES

OFICIS

COMPARTIR

ENVALL 2024



Escola d'Oficis de Muntanya

n.2

cicle estiu

ELS CURSOS



JULIOL

CONSTRUCCIÓ AMB FUSTA 15, 16 I 17

CISTELLERIA SILVESTRE 19, 20 I 21

AGOST

RETIR: IOGA I CERÀMICA 2, 3 I 4

INICIACIÓ AL TORN DE CERÀMICA 16, 17 I 18



Escola d'Oficis de Muntanya

n.2

cicle estiu

Escola Oficis de Muntanya



INFORMACIÓ PRÀCTICA

ELS CURSOS SERAN DE 15 HORES

HORARI

DIVENDRES :

17H A 20H

DISSABTE :

10H A 14H I 16:00H A 20H

DIUMENGE :

10H A 14:00H

ALLOTJAMENT + PC + CURS : 300€

PC + CURS : 250€

NOMÉS EL CURS : 180€

INSCRIPCIONS: <https://forms.gle/sNxs3Q2zBEcc8oTN7>



Escola d'Oficis de Muntanya

ESCOLA OFICIS DE MUNTANYA

Construcció amb fusta eficient

amb Josep Bunyesc



15, 16 I 17 DE JULIOL

Continguts que es treballaran al curs

Criteris bàsics de la construcció amb fusta
La fusta com a material del tronc a l'edifici
Ús tradicional i contemporani de la fusta al Pallars
Criteris estructurals, constructius i de durabilitat
Com construir i com autoconstruir
Gruixos d'aïllament i làmines específiques.

Part pràctica a escala real en obra de construcció
de part d'una estructura de fusta, entramat lleuger
i diferents capes d'una façana ventilada amb fusta
natural sense tractament

*Serà el mateix horari però dilluns, dimarts i dimecres

ESCOLA OFICIS DE MUNTANYA

Cistelleria silvestre

amb Nil Nebot



19, 20 I 21 DE JULIOL

Continguts que es treballaran al curs

Conèixer materials silvestres com el jonc, la civada silvestre o la vidalba.

Practicar tècniques com la llata i costelles.

L'enfoc del curs és aprofundir en els coneixements de l'entorn natural i entendre com la cistelleria ofereix possibilitats per millorar la interacció entre l'humà i els ecosistemes.

Caldrà que els assistents portin tisores de podar, ganivet i guants de jardineria.

ESCOLA OFICIS DE MUNTANYA

Iniciació al torn de ceràmica

amb Maria Clara Grimalt Vert



16 , 17 I 18 D'AGOST

Continguts que es treballaran al curs

Tècniques bàsiques del centrat

Manipulació del torn elèctric

Com cuidar-se fent torn

Preparació del fang per l'utilització del torn

Peces bàsiques de la terrissa catalana

Primera i segona pinça

Acabats i polits

Aquest curs vol ser una iniciació al torn de ceràmica per tal que les alumnes puguin realitzar de forma autònoma la seva pròpia vaixel·la.

ESCOLA OFICIS DE MUNTANYA

Retir de ceràmica i ioga

amb Núria Pinyes i l'Argilosa



2 , 3 I 4 D ' A G O S T

Què t'ofeirirà aquest retir

Conèixer tècniques de ioga dinàmic i restauratives

Una rutina breu per poder practicar a casa

Biomecànica i anatomia bàsiques

Pràctiques senzilles de meditació

Tècniques de modelat

Decoració amb argiles salvatges

Alimentació saludable i de proximitat

Un espai agradable on descansar

Sortides a l'aire lliure

ESCOLA OFICIS DE MUNTANYA

Rehabilitat Envall

Una proposta singular



DEL 22 AL 26 DE JULIOL

Què ofereix *Projecte Singular: Rehabilitat Envall*

5 dies de participació activa (5 hores diàries)

Aprendre tècniques de bioconstrucció bàsiques

Ajudar en el dia a dia de la Cooperativa

Allotjament i PC al Refugi Casa Bigodé

Conèixer un entorn natural immillorable

Fer caliu i noves coneixences amb les participants

Participar en un projecte de repoblament

Descansar i gaudir de la calma

Gaudir i compartir

Demanem una col·laboració de 100€ a 150€ per
ajudar-nos a cobrir despeses.