

Casal Gent Gran
de la Vall d'Hebron

Tallers, cicles i activitats

Primavera 2022

Vall d'Hebron



Ajuntament de
Barcelona



INSCRIPCIONS ALS TALLERS

Degut a la situació excepcional que estem vivint, les inscripcions s'han adaptat a les mesures vigents per poder garantir una bona seguretat:

Del 28 i 29 de març renovacions de 10 a 13h:

- Per ordre de classe que et detallem podràs venir a inscriure't.
- Tallers anuals que s'han de renovar trimestralment: Anglès I i II (28 de març), Agricultura ecològica (29 de març), Coral (29 de març)
- Tallers de Associació Esportiva Sant Andreu: ens ho pots comunicar per telèfon

30 i 31 de març inscripcions tallers:

- PInscripcions a tallers nous: Et podràs anotar a tots els tallers amb places disponibles. Per ordre d'arribada podràs venir a inscriure't. Consulta a través de les nostres xarxes socials (Facebook, Instagram o pàgina web). També pots consultar trucant al telèfon del casal: 934287337.

És obligatori portar mascareta al moment de realitzar la preinscripció presencialment i respectar la distància interpersonal de seguretat.

NORMATIVA

- Documentació necessària: Carnet de soci/a i targeta rosa (si en té).
- Els tallers tindran una durada anual amb pagament trimestral (els de voluntaris/es es pagaran fins al juny de 2022).
- Cada soci/a pot renovar o inscriure's a tres tallers. Per un quart i 5è taller si hi ha places lliures se li confirmarà per poder entrar.
- Cada soci/a pot realitzar com a màxim la inscripció de dues persones en total (incloent-se a si mateix), portant sempre els carnets de soci de les persones a les que inscriu.
- L'organització es reserva el dret d'anular qualsevol activitat si no s'arriba a un mínim de persones inscrites.
- Passats 15 dies des de l'inici de l'activitat i/o taller no es retornarà els diners. Tampoc es guardarà plaça si no s'ha renovat el taller a la primera setmana de classes.
- Es prega puntualitat en els tallers. En cas de no venir o venir més tard, posi's en contacte amb el casal perquè en tinguem constància.
- Tres faltes d'assistència seguides no justificades suposarà la pèrdua de la plaça. El 50% de faltes en un trimestre suposarà la pèrdua de la plaça per tal de garantir el bon seguiment de l'activitat.
- No està permès apuntar-se a diferents nivells dins de la mateixa temàtica de taller.
- La programació pot patir canvis al llarg del curs.
- Per a més informació pot consultar a través del punt d'informació, telefònicament o la pàgina web del casal.

TALLERS

PERÍODE TRIMESTRAL

Del 4 d'abril al 14 de juny de 2022. Setmana Santa no lectiva.

N Nou taller

NH Nou horari

G Gratuït

P: Professional **V:** Voluntariat **E:** Entitat

ARTS ESCÈNIQUES

1. CORAL **P**

Dilluns d'11 a 12 h

Inici del 4 d'abril al 13 de juny

Preu: Segons targeta rosa

2. COUNTRY NIVELL MIG **V**

Dilluns de 17.15 a 18.15 h

Inici del 4 d'abril al 13 de juny

Preu: 2,20 €

3. LOS TEJANOS **V**

Dilluns de 18.30 a 19.30 h

Inici del 4 d'abril al 13 de juny

Preu: 2,20 €

Grup avançat de country. Cal haver fet country mig.

Sense places. Apunta't en llista d'espera.

4. RONDALLA

AUTOGESTIONAT

Dimarts de 10 a 12 h

Inici del 5 d'abril al 14 de juny

Per inscriure't parlar amb el referent del grup

G

5. AMUNT SARDANES **V**

Dimarts de 12 a 13 h

Inici del 5 d'abril al 14 de juny

Preu: 2,20 €

Sardanes avançades

6. DANCING DANCING **V**

Dimarts de 17 a 18 h

Inici del 5 d'abril al 14 de juny

Preu: 2,20 €

Grup avançat de balls de saló. T'has d'apuntar per parelles.

7. AMICS DE LA SARDANA **V**

Dimarts de 18.30 a 19.30 h

Inici del 5 d'abril al 14 de juny

Preu: 2,20 €

Sardanes avançades

8. BALLS EN LÍNIA INICIAL **V**

Dimecres de 10 a 11 h

Inici del 6 d'abril al 15 de juny

Preu: 2,20 €

Sense places. Apunta't en llista d'espera.

9. VARIETÉS **V**

Dimecres d'11.15 a 12.15 h

Inici del 6 d'abril al 15 de juny

Preu: 2,20 €

Cal haver fet balls en línia inicial. Grup avançat.

Sense places. Apunta't en llista d'espera.

10. HAVANERES L'ÀNCORA

AUTOGESTIONAT

Dijous de 16 a 17.30 h

Inici del 7 d'abril al 16 de juny

Per inscriure't parlar amb la referent del grup

G

11. LOS LUNARES V

Dijous de 17.45 a 18.45 h

Inici del 7 d'abril al 16 de juny

Preu: 2,20 €

Grup avançat de sevillanes.

S'ha de tenir nivell avançat de sevillanes.

Sense places. Apunta't en llista d'espera.

ARTS PLÀSTIQUES

12. LES "IAIES" SOLIDÀRIES MITJA I GANXET V

G

Dilluns de 10 a 12 h

Inici del 4 d'abril al 13 de juny

Projecte solidari que la roba que es faci es destinarà a diferents entitats socials

13. PATCHWORK AVANÇAT V

Dilluns de 17 a 19 h

Inici del 4 d'abril al 13 de juny

Preu: 2,20 €

14. MARQUETERIA V

Dimarts de 10 a 12 h

Inici del 5 d'abril al 14 de juny

Preu: 2,20 €

15. POLSERES CANDELA

AUTOGESTIONAT

G

Dimarts de 16 a 18 h

Inici del 5 d'abril al 14 de juny

Per inscriure't parlar amb el referent del grup.

Taller destinat a crear polseres Candela a benefici de la investigació del càncer infantil de l'Hospital St. Joan de Déu. Aprèn a fer-les!



16. BOLSOS I COMPLEMENTS V

Dimecres de 12 a 13.30 h

Inici del 6 d'abril al 15 de juny

Preu: 2,20 €

17. PATCHWORK MIG V

Dimecres de 17 a 19 h

Inici del 6 d'abril al 15 de juny

Preu: 2,20 €

18. DONES COSTURERES V

G N

Dijous a les 10 h

Inici del 7 d'abril al 16 de juny

Projecte solidari de costura

BENESTAR I SALUT

19. IOGA E

Dilluns de 9.45 a 10.45 h

Inici del 4 d'abril al 27 de juny

Preu: Segons Associació (mireu apartat preus)

A càrrec de l'Associació Esportiva St. Andreu.

Cal portar roba i calçat còmode.

En cas de seguir es renova automàticament.

20. TERÀPIA DEL RIURE (RISOTERÀPIA) E

Dimarts de 10 a 11 h

Inici del 5 d'abril al 14 de juny

Preu: Segons Associació (mireu apartat preus)

En cas de seguir es renova automàticament amb l'entitat.

A càrrec de l'Associació Esportiva St. Andreu.

21. VIURE AMB SENTIT E

G N

Dijous de 16 a 17.30h

Inici el 12 de maig

El taller facilita una mirada interior més conscient que permet acompanyar en les pèrdues, treballar la importància de la cura

personal i dels altres, entendre i gestionar la soledat i desenvolupar capacitats que ens permetin posar en marxa el propi projecte vital.

A càrrec de TASCA

22. TREBALLA L'ATENCIÓ V



Vine a jugar al bingo!

Dimarts de 16 a 18 h

Inici del 5 d'abril al 14 de juny

23. LA CUINA DE SEMPRE V



Dimecres 6 d'abril a les 10h farem una Mona de Pasqua

Dimecres 11 de maig farem un pastís de xocolata

Dimecres 15 de juny farem un plat de Festa Major

Aprèn a fer plats, receptes tradicionals per cada festivitat

Preu: A l'inici de les càpsules

24. MANDALES V



Dimarts de 10 a 12 h

Inici del 5 d'abril al 14 de juny

Preu: 2,20€

Pintem mandales de relaxació

25. ENTRENAMENT DE LA MEMÒRIA E



Dimecres de 16 a 17h

Inici el 20 d'abril 22 de juny

Entrevista el primer dia de classe

A càrrec de Creu Roja

26. GIMNÀSTICA I E

Dijous de 09.45 a 10.45 h

Inici del 7 d'abril al 16 de juny

Preu: Segons Associació (mireu apartat preus)

En cas de seguir es renova automàticament amb l'entitat.

A càrrec de l'Associació Esportiva St. Andreu

Cal portar roba i calçat còmode

27. GIMNÀSTICA II E

Dijous d'11 a 12 h

Inici del 7 d'abril al 16 de juny

Preu: Segons Associació (mireu apartat preus)

En cas de seguir es renova automàticament amb l'entitat.

A càrrec de l'Associació Esportiva St. Andreu

Cal portar roba i calçat còmode

28. MUSICOTERÀPIA P



Dijous de 10 12h

Inici el 21 d'abril al 12 de maig

4 sessions

A càrrec de Creu Roja

29. PILATES E



Divendres de 9.30 a 10.30h

Inici del 8 d'abril al 17 de juny

Preu: Segons Associació (Mireu apartat preus)

En cas de seguir es renova automàticament amb l'entitat.

A càrrec de l'Associació Esportiva St. Andreu

Cal portar roba i calçat còmode

30. VEUS E



Divendres de 9.30 a 10.45 h

Inici del 8 d'abril al 17 de juny

VEUS està pensat per a fer que la música i la companyia de persones grans que viuen a prop donin un nou significat al seu dia a dia, animant-los a intercanviar experiències i records, a refermar-se en les seves identitats, però també a descobrir nous horitzons en cançons i persones que potser no coneixien.

CULTURA I FORMACIÓ

31. GRUP DE LECTURA

AUTOGESTIONAT

Dilluns a les 16.30h

Per inscriure't parlar amb la referent del grup

Trobada un cop al mes

NH G

32. BRIDGE V

Dilluns de 10.30 a 12h

Inici del 4 d'abril al 13 de juny

Preu: 2,20 €

33. CONVERSES EN FRANCÈS V

Dilluns de 11.30 a 13h

Inici del 4 d'abril al 13 de juny

Preu: 2,20 €

Cal tenir nivell mig de francès

NH

34. ARTGRAN E

Dimecres matí

Vine amb nosaltres a passejar i a gaudir dels museus de la ciutat.

S'organitzen tallers per gaudir, crear, aprendre i tenir noves experiències.

Per més informació demanar al casal

A càrrec de l'Agència de Salut Pública

G N

35. CATALÀ INICIAL I ESCRIT V

Dimecres de 10 a 11.30h

Inici del 6 d'abril al 15 de juny

Preu: 2,20 €

36. AGRICULTURA ECOLÒGICA P

Dilluns de 10 a 12 h

22 d'abril, 6 i 20 de maig i 3 de juny

Preu: Segons la targeta rosa

No hi ha plaça, apunta't en llista d'espera.

37. ANGLÈS P

Divendres de 10.45 a 11.45 h

Inici del 8 d'abril al 3 de juny

Preu: Segons la targeta rosa

Amb nocions d'anglès

38. ANGLÈS II P

Divendres de 12 a 13 h

Inici del 8 d'abril al 3 de juny

Preu: Segons la targeta rosa

Amb nocions d'anglès

39. EL MEU BUS V

CÀPSULA FORMATIVA

Dijous de 16.30 a 18h

7 i 21 d'abril

Càpsula formativa per explicar el bus a demanda del barri.

G N

INFORMÀTICA

40. DUBTES INFORMÀTICS V

Dijous de 10 a 11 h

Inici del 8 d'abril al 17 de juny

Resol els teus dubtes informàtics

Preu: 2,20€

AULA OBERTA D'INFORMÀTICA

Dimarts i divendres a partir de les 16.30 h.

Recorda que no és un taller, és una aula de consulta o per practicar. Aforament limitat.

MESURES DE PREVENCIÓ

- Respecteu els aforaments de cada sala, respectant la distància marcada de seguretat i desinfecteu-vos les mans amb gel hidroalcohòlic.
- Porta el teu material de casa, en cas de compartir-lo desinfecta-ho al finalitzar la classe.
- És obligatori l'ús de mascareta a l'accedir al casal .
- Seguiu les indicacions del personal del casal.
- Respecti el circuit d'accés i sortida del centre per evitar aglomeracions a les portes.
- Qualsevol persona que cursi un taller ha d'avisar al Casal si mostra símptomes compatibles amb el COVID-19 o és diagnosticat com positiu.

SERVEIS

SERVEI DE WIFI

Posem a disposició dels ciutadans la xarxa WiFi pública d'ús lliure.

Horari d'informació del casal de Gent

Gran: De dilluns a divendres de 10 a 12 h i tardes de 16 a 18h

Horari d'obertura del casal de Gent

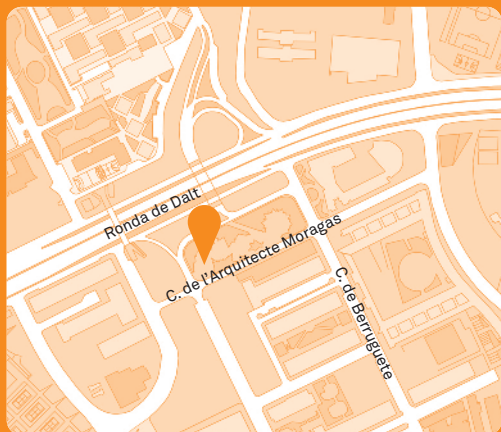
Gran: De dilluns a divendres de 9 a 13.30 i de 16 a 20 h

Caps de setmana de 16 a 20 h

PREUS

- Tallers voluntaris/es: 2,20 € (Fins el juny 10 sessions cada trimestre)
- Tallers fets per entitats: Gratuïts
- Tallers professionals: Segons la targeta rosa. (8 sessions d'1 h)
T. Rosa Gratuïta: 6,34 €
T. Rosa Reduïda: 9,24 €
Sense targeta Rosa: 14,08 €
- Tallers Associació Esportiva St. Andreu:
5 € anuals noves altes
T. Rosa Gratuïta: 16,50 € / trimestre
T. Rosa Reduïda: 18 € / trimestre
Sense targeta Rosa: 21 € / trimestre
(cal portar fotocòpia de la targeta rosa que es tingui i nº domiciliació bancària)





Casal Gent Gran de la Vall d'Hebron

Adreça

c/ De l'Arquitecte Moragas, 5
08035 Barcelona

Contacte

T. 93 428 73 37

Correu electrònic: comunicaciocggvalldhebron@gmail.com

Web: <http://cggvallhebron.horta-guinardo.info/ca>

Horari

Dilluns a divendres de 9.30 a 13.30h i de 16 a 20h

Dissabtes i diumenges de 16 a 20h

Com arribar-hi

Bus: V21, 27, 60

Metro: L3 Montbau o Mundet

**Districte
d'Horta-Guinardó**