

Casal Gent Gran
de la Vall d'Hebron

Tallers, cicles i activitats

Tardor 2021

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 6 al 22 de setembre de 10 a 13h preinscripcions a tallers del casal.

Pots fer-les:

- Per telèfon trucant al 93 428 73 37 o al 93 428 70 04. Tots els matins de 10 a 13h i/o presencialment amb cita prèvia trucant al telèfon.
- Per correu electrònic a comunicaciocggvalldhebron@gmail.com 23 de setembre: Sorteig. Es realitzarà un sorteig aleatori per tal d'adjudicar les places a cadascun dels tallers. Les persones adjudicades amb plaça seran avisades telefònicament abans de l'inici del curs.

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

PERÍODE TRIMESTRAL

Del 4 d'octubre al 13 de desembre de 2021

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.

NORMATIVA

- Documentació necessària: Carnet de soci/a i targeta rosa (si en té).
- Els tallers tindran una durada anual, però la seva renovació serà trimestral.
- Cada soci/a es pot preinscriure 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.
- 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.

SERVEIS

SERVEI DE WIFI

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

SERVEIS I ACTIVITATS TEMPORALMENT SUSPESOS

Balls i festes queden suspeses fins a nou avis.

HORARIS

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 tancat fins a nou avis.

PREUS

- Tallers voluntaris/es: 2,2 € (10 sessions)
- 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
T. Rosa Gratuïta: 5.50 € /mes
T. Rosa Reduïda: 6 € / mes
Sense targeta Rosa: 7 € / mes
(cal portar fotocòpia de la targeta rosa que es tingui i n° domiciliació bancària)
- Preus de l'entitat la Vida és Dansa (L'Alegria de viure): 40 € / mensual



TALLERS

N Nou taller

NH Nou horari

G Gratuït

P: Professional **V:** Voluntari **E:** Entitat

ARTS ESCÈNIQUES

1. CORAL **P**

NH

Dilluns d'11 a 12 h

Inici del 4 d'octubre al 29 de novembre

Preu: Segons targeta rosa

2. COUNTRY NIVELL MIG **V**

NH

Dilluns de 17.15 a 18.15 h

Inici del 4 d'octubre al 13 de desembre

(Festius 1 de novembre i 6 de desembre)

Preu: 2,20 €

3. LOS TEJANOS **V**

NH

Dilluns de 18.30 a 19.30 h

Inici del 4 d'octubre al 13 de desembre

(Festius 1 de novembre i 6 de desembre)

Preu: 2,20 €

Grup avançat de country. Cal haver fet country mig.

4. RONDALLA

G

AUTOGESTIONAT

Dimarts de 10 a 12 h

Inici el 5 d'octubre al 14 de desembre

(Festius 12 d'octubre i tancament el 7 de desembre)

Per inscriure't parlar amb el referent del grup

5. AMUNT SARDANES **V**

NH

Dimarts de 12 a 13 h

Inici el 5 d'octubre al 14 de desembre

(Festius 12 d'octubre i tancament el 7 de desembre)

Preu: 2,20 €

Sardanes avançades

6. BALLS DE SALÓ PER PARELLES INICIAL **V**

NH

Dimarts de 16 a 17 h

Inici el 5 d'octubre al 14 de desembre (Festius 12 d'octubre i tancament el 7 de desembre)

Preu: 2,20 €

7. DANCING DANCING **V**

NH

Dimarts de 17.15 a 18.15 h

Inici el 5 d'octubre al 14 de desembre (Festius 12 d'octubre i tancament el 7 de desembre)

Preu: 2,20 €

Grup avançat de balls de saló. S'ha d'haver fet balls de saló inicial. T'has d'apuntar per parelles.

8. AMICS DE LA SARDANA **V**

Dimarts de 18.30 a 19.30 h

Inici el 5 d'octubre al 15 de desembre (Festius 12 d'octubre i tancament el 7 de desembre)

Preu: 2,20 €

Sardanes avançades

9. BALLS EN LÍNIA INICIAL **V**

NH

Dimecres de 10 a 11 h

Inici el 6 d'octubre al 15 de desembre (Festius el 8 de desembre)

Preu: 2,20 €

10. VARIETÉS **V**

NH

Dimecres d'11.15 a 12.15 h

Inici el 6 d'octubre al 15 de desembre (Festius el 8 de desembre)

Preu: 2,20 €

Cal haver fet balls en línia inicial. Grup avançat.

11. HAVANERES L'ÀNCORA

AUTOGESTIONAT

Dijous de 16 a 17.30 h

Inici el 7 d'octubre al 9 de desembre

Per inscriure't parlar amb la referent del grup

G

12. LOS LUNARES V

Dijous de 17.45 a 18.45 h

Inici el 7 d'octubre al 9 de desembre

Preu: 2,20 €

Grup avançat de sevillanes.

S'ha de tenir nivell avançat de sevillanes.

NH

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



17. BOLSOS I COMPLEMENTS V

Dimecres de 12 a 13.30 h

Inici el 6 d'octubre al 15 de desembre
(Festius el 8 de desembre)

Preu: 2,20 €

ARTS PLÀSTIQUES

13. LES "IAIES" SOLIDÀRIES

MITJA I GANXET V

Dilluns d'10 a 12 h

Inici del 4 d'octubre al 13 de desembre

Preu: 2,20 €

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

14. PATCHWORK AVANÇAT V

Dilluns de 17 a 19 h

Inici del 4 d'octubre al 13 de desembre

Preu: 2,20 €

15. MARQUETERIA V

Dimarts de 10 a 12 h

Inici el 5 d'octubre al 14 de desembre
(Festius 12 d'octubre i tancament el 7 de desembre)

Preu: 2,20 €

G

16. POLSERES CANDELA

AUTOGESTIONAT

Dimarts de 16 a 18 h

Inici el 5 d'octubre al 14 de desembre
(Festius 12 d'octubre i tancament el 7 de desembre)

Per inscriure't parlar amb la referent del grup.

Taller destinat a crear polseres Candela

G

18. PATCHWORK MIG V

Dimecres de 17 a 19 h

Inici el 6 d'octubre al 15 de desembre
(Festius el 8 de desembre)

Preu: 2,20 €

19. DONES COSTURERES V

Dijous a les 10 h

Inici el 7 d'octubre al 9 de desembre
Projecte solidari de costura a càrrec de casals comunitaris HG

G

N

20. COSTURA V

Dijous de 16.30 a 18.30 h

Inici el 7 d'octubre al 9 de desembre

Preu: 2,20 €

Taller de costura, tall i confecció

21. ESTANY V

Divendres de 10 a 11.30 h

Inici 8 d'octubre al 10 de desembre

Preu: 2,20 €

22. MANUALITATS AMB VIDRE V

Divendres de 17 a 19 h

Inici 8 d'octubre al 10 de desembre

Preu: 2,20 €

BENESTAR I SALUT

23. IOGA **E**

Dilluns de 9.30 a 10.30 h

Inici el 4 d'octubre al 22 de desembre
(Festius 1 de novembre i 6 de desembre)

Preu: Segons Associació (mireu apartat preus)

A pagar el primer dia de classe a l'entitat.

A càrrec de l'Associació Esportiva St.

Andreu

Cal portar roba i calçat còmode

24. TERÀPIA DEL RIURE (RISOTERÀPIA) **E**

Dimarts de 10 a 11 h

Inici el 5 d'octubre al 21 de desembre
(Festius 12 d'octubre i tancament el 7 de desembre)

Preu: Segons Associació (mireu apartat preus)

A pagar el primer dia de classe a l'entitat.

A càrrec de l'Associació Esportiva St.

Andreu

25. TREBALLA L'ATENCIÓ **V**

Vine a jugar al bingo!

Dimarts de 16 a 18 h

Inici el 5 d'octubre al 14 de desembre
(Festius 12 d'octubre i tancament el 7 de desembre)

Preu: 2,20 € (a pagar el primer dia de classe)

26. LA CUINA DE SEMPRE **V**

Dimecres de 10 a 12 h

Inici el 6 d'octubre al 15 de desembre
(Festius el 8 de desembre)

Dies: 6,20 d'octubre, 3 i 17 de novembre i 1 de desembre

Preu: 2,20 € preu voluntari i 10 € de material a pagar el primer dia de classe.

27. MANDALES **V**

Dimecres de 10 a 12 h

Inici el 6 d'octubre al 15 de desembre
(Festius el 8 de desembre)

Preu: 2,20€

Pintem mandales de relaxació

28. ENTRENAMENT DE LA MEMÒRIA **E**

Dimecres de 16.30 a 17.30 h

Inici el 6 d'octubre (entrevistes) al 15 de desembre

A càrrec de Creu Roja

29. GIMNÀSTICA I **E**

Dijous de 09.45 a 10.45 h

Inici el 7 d'octubre al 9 de desembre

Preu: Segons Associació (mireu apartat preus)

A pagar el primer dia de classe a l'entitat.

A càrrec de l'Associació Esportiva St.

Andreu

Cal portar roba i calçat còmode

30. GIMNÀSTICA II **E**

Dijous d'11 a 12 h

Inici el 7 d'octubre al 9 de desembre

Preu: Segons Associació (mireu apartat preus)

A pagar el primer dia de classe a l'entitat.

A càrrec de l'Associació Esportiva St.

Andreu

Cal portar roba i calçat còmode

31. MANTENIMENT DE LA MEMÒRIA **P**

Divendres de 10 a 11 h

Inici 8 d'octubre al 26 de novembre

Preu: Segons targeta rosa

Si no t'has inscrit mai, cal entrevista prèvia.

N

G

N

G

NH

CULTURA I FORMACIÓ

32. AGRICULTURA ECOLÒGICA P

NH

Dilluns de 10 a 11 h
Inici el 4 d'octubre al 29 de novembre
Preu: Segons la targeta rosa
Degut a la pandèmia, les persones que tenien l'hort renoven 1 any.

33. GRUP DE LECTURA AUTOGESTIONAT

G

Dimarts de 18.15 a 19.15 h
Per inscriure't parlar amb la referent del grup)
Trobada un cop al mes

34. CATALÀ INICIAL I ESCRIT V

Dimecres de 10 a 11.30 h
Inici el 6 d'octubre al 15 de desembre
(Festius el 8 de desembre)
Preu: 2,20 €

35. CONVERSES EN FRANCÈS V

Dijous de 11 a 12.30 h
Inici el 7 d'octubre al 9 de desembre
Preu: 2,20 €
Cal tenir nivell mig de francès

36. ANGLÈS P

NH

Divendres de 12 a 13 h
Inici 8 d'octubre al 26 de desembre
Preu: Segons la targeta rosa
Amb nocions d'anglès

INFORMÀTICA

37. TAULETES DIGITALS E

G

N

Dijous de 10 a 11.30 h
Inici el 14 d'octubre (8 sessions)
Projecte a càrrec de casals comunitaris
HG

CÀPSULES FORMATIVES

38. CERTIFICAT DIGITAL IDECAT AL MÒBIL

G

N

Dimarts 5, 19 d'octubre, 9 i 30 novembre
De 16.30 a 18.30h
A càrrec de la Julián del Punt Tic
Cal portar el DNI, i targeta sanitària

39. LA MEVA SALUT AL MÒBIL

G

N

Divendres 1, 22 d'octubre,
12 novembre i 3 de desembre d'11 a 13 h
A càrrec de la Julián del Punt Tic
Cal portar el DNI, i targeta sanitària

TALLERS FUNDACIÓ LA CAIXA

40. VIDEOCONFERÈNCIES

G

N

Dilluns i dimecres de 16 a 18 h
Inici el 4 al 25 d'octubre (dia 11 no hi ha classe)

41. WHATSAPP

G

N

Dijous de 16 a 18 h
Inici el 7 al 28 d'octubre

42. LA MEVA SALUT

G

N

Dilluns i dimecres de 16 a 18 h
Inici el 27 d'octubre al 10 de novembre

43. COMPRES PER INTERNET

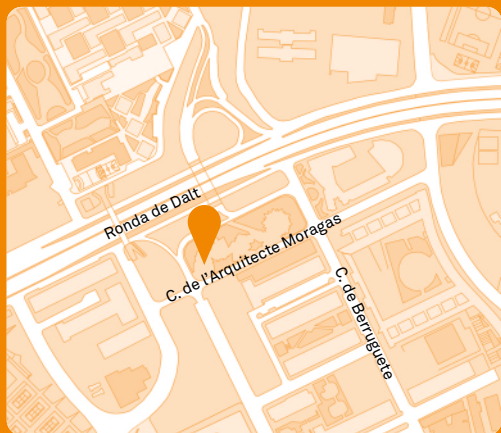
G

N

Dijous de 16 a 18 h
Inici del 4 al 25 de novembre

AULA OBERTA D'INFORMÀTICA

Divendres a partir de les 16.30 h. Recorda que no és un taller, és una aula de consulta o per practicar. Cal inscriure't amb cita prèvia un dia abans trucant al casal. Aforament limitat.



Casal Gent Gran de la Vall d'Hebron

Adreça

c/ De l'Arquitecte Moragas, 5
08035 Barcelona

Contacte

T. 93 428 73 37

comunicaciocgvalldhebron@gmail.com

<http://cgvallhebron.horta-guinardo.info/ca>

Horari

Dilluns a divendres de 9.30 a 13.30h

Com arribar-hi

Bus: V21, 27, 60

Metro: L3 Montbau o Mundet

**Districte
d'Horta-Guinardó**