

COMPETÈNCIES DIGITALS

TOTS GRATUÏTS

Mòbil

Dilluns (quinzenal) de 9:30 a 11:00 h

Photoshop

Dilluns d' 11:30 a 13:00 h

Aprèn a utilitzar una tauleta

Dilluns de 16:00 a 17:30 h

Imatges per recordar

Dimarts i dijous de 9:30 a 11:30 h

Fotografia digital avançada

Dimarts de 09:30 a 11:00 h

Fotografia digital inicial

Dimecres de 9:30 a 11:00 h

WhatsApp (4 sessions)

Dimarts i dijous d' 11:30 a 13:30 h

Xarxes socials (6 sessions)

Dimarts i dijous d' 11:30 a 13:30 h

Fes tràmits per internet

Dimarts i dijous de 17:00 a 19:00 h

Word

Dimecres d' 11:30 a 13:00 h

Iniciació a la informàtica

Dimecres de 17:30 a 19:00 h

Plataformes virtuals de comunicació

Divendres de 10:00 a 11:30 h



ACTIVITATS LÚDIQUES

Rummikub

TOTES GRATUÏTES

Dilluns de 17:00 a 19:00 h

Tarda de jocs (jocs diversos)

Divendres de 17:00 a 19:00 h

SERVEIS GRATUÏTS

Consultes jurídiques:

Dimecres matí, amb cita prèvia



BALLS I FESTES

TOTS GRATUÏTS

Balls amb Dj. Sixto

10 i 17 de gener, 7 i 21 de febrer, 7 i 21 de març

Ball especial amb Marc Anglarill - Àltima

24 de gener

Balls amb música: Alfons

31 de gener i 14 de febrer

Balls amb música: Eli - Camelott

14 de març

Ball especial de Carnaval (amb l'Eli - Camelott)

28 de febrer

CALENDARI

RENOVACIONS

Del 2 al 13 de desembre

NOVES INSCRIPCIONS

A partir del 16 de desembre

INICI DELS TALLERS

13 de gener

(Consulta quan comença el teu)



PREU TRIMESTRAL DELS TALLERS DE PAGAMENT (10 SESSIONS):

Taller d'una hora setmanal

Preu normal 15 €

Tarjeta rosa reduïda: 10 €

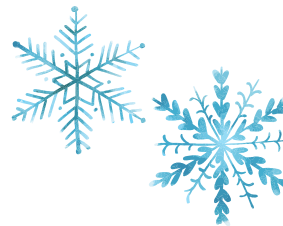
Tarjeta rosa gratuïta: 7 €

Taller d'hora i mitja setmanal

Preu normal 21 €

Tarjeta rosa reduïda: 14 €

Tarjeta rosa gratuïta: 10 €



Comissió d'excursions i viatges

Dilluns de 10:00 a 12:00 h

Dimecres de 16:30 a 18:30 h



HORARI D'ATENCIÓ AL PÚBLIC:

de 10:00 a 13:30 i de 16:30 a 18:30 h

Seguix-nos a Facebook i Instagram



Casal de Persones Grans
Parc Sandaru

Programació
Gener-Març
2025

Del 13 de gener al 21
de març de 2025

Buenaventura Muñoz, 21
casalgg.parcсандарu@bcn.cat
934856920 / 644663993
barcelona.cat/santmarti/personesgrans

Parc Sandaru



Horari del casal: De dilluns a divendres, De 9.30 a 13.30 i de 16.00 a 19.00 h.



Ajuntament de
Barcelona

Districte de
Sant Martí

ACTIVITATS DE BALL

TOTS GRATUÏTS

Ball en línia inicial

Dilluns de 10:45 a 11:45 h

Ball en línia intermedi

Dilluns d' 12:00 a 13:00 h

Sardanes

Dijous de 17:00 h a 18:00 h



Sevillanes

DE PAGAMENT

Inici: Dimarts de 10:30 a 11:20 h

Intermedi: Dimarts de 11:30 a 12:20 h

Avançat: Dimarts de 12:30 a 13:20 h

BENESTAR, CREIXEMENT PERSONAL I MEMÒRIA

TOTS
GRATUÏTS

Memòria 2

Dilluns de 10:00 a 11:00 h

Memòria i actualitat

Divendres de 09:30 a 10:30 h

Nou!

Jocs de memòria II

Dimarts de 16:30 a 17:30 h

Millora de les habilitats socials i gestió de conflictes Dimarts de 11:30 a 13:30 h

Benestar en el vestir (3 sessions)

Menys dolor, més vida (6 sessions)

Dimercres de 11:30 a 13:30 h

Nou!

"Viaje hacia la salud"

Dijous de 16:00 a 17:30 h

Nou!

Nou!

Respiració

Dijous quinzenal de 17:30 a 19:00 h



Sortides culturals un cop al mes.

Pregunta per les xerrades i altres activitats que anirem programant durant el trimestre.

MOVIMENT: BENESTAR I ESPORT

En forma al Parc 2

TOTS GRATUÏTS

Dilluns i dimecres de 12:00 a 13:00 h

Caminades

2n i 4t dijous de cada mes a partir de les 10 h

loga - divendres

Divendres de 12:30 a 13:20 h

Chi Kun / Tai txi

DE PAGAMENT

Dilluns de 9:30 a 10:20 h

Gimnàstica suau

G1 Dimarts de 9:30 a 10:20 h

G2 Dijous de 9:30 a 10:20 h

G3 Dijous de 10:30 a 11:20 h

Pilates

Dilluns de 13:00 a 13:50 h

Fit gipsy

Dimercres de 10:30 a 11:20 h

Dijous de 12:30 a 13:20 h

loga

Dimercres d' 11:30 a 12:20 h

loga en cadira

Dimercres de 12:30 a 13:20 h



MANUALITATS, DIBUIX I CUINA

TOTS
GRATUÏTS

Patchwork

Dimarts de 10:00 a 12:00 h

Costura creativa

Dimarts de 16:00 a 18:00 h

Dibuix

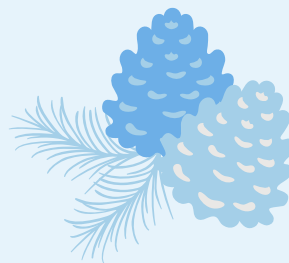
Dimarts de 17:30 a 18:30 h

Manualitats (bijuteria)

Dimercres d' 11:00 a 12:30 h

Cuina tradicional

Dimarts d' 11:00 a 13:00 h



CULTURA I IDIOMES

Escriptura poètica

Dimercres de 09:30 a 11:30 h

Nou!

Amics lectors

Divendres de 11:45 a 13:15 h

TOTS GRATUÏTS

Cinc aproximacions a la història de Catalunya

Dimarts d'11:00 a 12:30 h

Dimercres de 17:00 a 18:30 h

Nou!

Conversa en anglès

Inici: Dilluns de 12:00 a 13:00 h

Avançat: Dilluns de 10:30 a 12:00 h

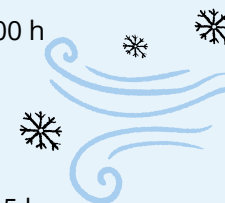
Francès

Divendres de 10:30 a 11:30 h

Català

Inici: Dijous d' 11:30 a 12:30 h

Avançat: Dijous de 10:00 a 11:15 h



MÚSICA I CANT

Guitarra

TOTS GRATUÏTS

Intermedi I: Dimercres de 9:30 a 10:20 h

Intermedi II: Dimercres de 10:30 a 11:20 h

Avançat: Dimercres d'11:30 a 12:20 h

Coral

Dimercres de 17:00 a 18:30 h

Castanyoles

Inici: Dimercres d' 11:30 a 12:20 h

Intermedi: Dimercres de 12:30 a 13:50 h

Djembé

Inici: Divendres d' 11:30 a 12:20 h

Veterans: Divendres de 12:30 a 13:20 h

CREACIÓ ESCÈNICA

Teatre

Dimarts de 16:30 a 18:30 h

Musical

Divendres de 10:00 a 12:00 h

GRATUÏTS
Places limitades

