

## COMPETÈNCIES DIGITALS

### Mòbil

Dilluns de 9:30 h a 10:30 h

### Photoshop

Dilluns d' 11:30 a 13:00 h

### Comunica't per la xarxa

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

### Fes tràmits per internet

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

### Prepara una sortida o desplaçament

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

### Excel

Dijous, de 17:00 a 18:00 h



TOTS  
GRATUÏTS

## ACTIVITATS LÚDIQUES

### Rummikub

Dilluns de 17:00 a 19:00 h

### Tarda de jocs (jocs diversos)

Divendres de 17:00 a 19:00 h

TOTES  
GRATUÏTES

## SERVEIS GRATUÏTS

### Consultes jurídiques

Dimecres matí: amb cita prèvia



## BALLS I FESTES

### Balls autoorganitzats:

18 d'octubre i 8 de novembre

### Balls amb música: Eli - Camelott

4 d'octubre, 22 de novembre i 13 de desembre

### Balls amb música: Alfonso

29 de novembre

### El gauteque del Sandaru (Dj. Amorós)

11 d'octubre, 15 de novembre

### Castanyada (amb l'Alfonso)

25 d'octubre

### Festa de Nadal (amb l'Alfonso)

20 de desembre

TOTS  
GRATUÏTS



## CALENDARI

### Inscripcions preferents amb número

Del 9 al 20 de setembre

### Segones inscripcions

Del 23 al 27 de setembre

### inici dels tallers

2 d'octubre

(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 €



### HORARI D'ATENCIÓ AL PÚBLIC

de 10:00 a 13:30 i de 16:30 a 19:00 h

Casal de Persones  
Grans Parc Sandaru

Programació  
Octubre -  
desembre  
2024

C. Buenaventura Muñoz 21  
93 485 69 29 / 644 66 39 93  
casalgg.parcсандaru@bcn.cat



**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

Parc Sandaru

## ACTIVITATS DE BALL

### Ball en línia incial

Dilluns de 10:45 h a 11:45 h

### Ball en línia intermedi

Dilluns d' 12:00h a 13:00h

### Sardanes

Dijous de 17:00 h a 18:00 h

TOTS  
GRATUÏTS



### Sevillanes

DE PAGAMENT

**Inici:** Dimarts de 10:30h 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

### Memòria 1

Dilluns de 10:00 a 11:00 h

TOTS  
GRATUÏTS

### Jocs de memòria

Nou!

Dimarts de 16:30 a 17:30 h

### Barcelona. 2000 anys d'història

Nou!

(activitat intergeneracional, en col·laboració amb el Centre Cívic Parc Sandaru)

Dimarts d'11:00 a 12:30 h

### Gestió positiva dels conflictes

Nou!

Dimarts de 11:30 a 13:30 h

### Viure és descobrir-se

Dimecres de 16:15 a 17:45 h

### Respiració

Dijous quinzenal de 17:30h a 19:00 h



Sortides culturals un cop al mes.

Seguiu-nos a Facebook i Instagram



## MOVIMENT: BENESTAR I ESPORT

### En forma al Parc

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

TOTS  
GRATUÏTS

### Desperta amb un somriure / Entrena't

Dimecres de 11:30 a 13:30 h

### Caminades

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

### loga - divendres

Nou!

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

Dimecres de 10:30 h a 11:20 h

Dijous de 12:30h a 13:20 h

### loga

Dimecres d' 11:30 a 12:20 h

### loga en cadira

Dimecres de 12:30 a 13:20 h

## MANUALITATS, DIBUIX I CUINA

### 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)

Dimecres d' 11:00 a 12:30 h

### Cuina tradicional

Dimarts d' 11:00 a 13:00 h

TOTS  
GRATUÏTS



## COMUNICACIÓ I IDIOMES

### Conversa anglès

Inici: Dilluns de 12:00 h 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

### Grans lectors

Divendres de 12:00 a 13:30 h

TOTS  
GRATUÏTS



## MÚSICA I CANT

### Guitarra

TOTS

**Intermedi I:** Dimecres de 9:30 a 10:20 h **GRATUÏTS**

**Intermedi II:** Dimecres de 10:30 a 11:20 h

**Avançat:** Dimecres d'11:30 a 12:20 h

### Coral

DE PAGAMENT

Dimecres de 17:00 a 18:30 h

### Castanyoles

**Inici:** Dimecres d' 11:30 a 12:20 h

**Intermedi:** Dimecres de 12:30 a 13:50 h

### Djambé

**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