



ADREÇA

Camí Antic de València, 116
08005 Barcelona

Autobusos: 7, V27, B20, B25, 136
Metro: L4 Poblenuu i Selva de Mar
Tram: T4 Fluvià

Telèfons: 93 307 06 74
644 236 964

HORARIS

De dilluns a divendres de 9.30 a 13.30 i
de 16 a 19 h.

INSCRIPCIONS

Inscripcions de les persones usuàries amb
número: del 12 al 20 de setembre de 2024
(segons dia i horari, consultar al casal).

Noves persones usuàries: a partir del 25 de
setembre de 2024.

Horari d'inscripcions: de dilluns a divendres de
10 a 13 i de 16.30 a 18.30 h

Per tallers de pagament cal portar la targeta
rosa gratuïta (si es té) i targeta bancària o
efectiu per fer el pagament en el moment de
fer la inscripció.

Casal de Persones
Grans Quatre Cantons

Programació
de tallers
d'octubre a
desembre
2024

Camí Antic de València, 116
Telèfon: 644 236 964
barcelona.cat/santmarti/personesgrans

Quatre Cantons



Ajuntament de
Barcelona

Districte de
Sant Martí

FOMENT DELS HÀBITS SALUDABLES

GIMNÀSTICA SUAU ←

Dilluns / Dimecres de 9.45 a 10.45 h

GRUP SALUT I VIDA

Dilluns d'11 a 13 h

IOGA AMB CADIRA

Dilluns de 16.30 a 17.30 h

EN FORMA! C

Dilluns / Dimecres de 17.45 a 18.45 h

Del 7 d'Octubre al 27 de Novembre

(16 sess. si es fan els 2 dies)

GIMNÀSTICA FORTA ←

Dimarts 9.35 a 10.35 h

CAMINADES I SORTIDES CULTURALS

Dimarts a les 10 h

ALIMENTA EL TEU BENESTAR C

Dimarts d'11.30 a 13 h

Del 8 d'Octubre al 26 de Novembre (8 sessions)

TAI-TXÍ ←

Dimarts / Dijous d'11.30 a 12.30 h

PILATES ACTIU AMB CADIRA ←

Dimarts de 16.30 a 17.30 h

BENESTAR I SALUT C

Dimecres de 12 a 13 h

Del 9 d'Octubre al 18 de Desembre (11 sessions)

ENTRENA C

Dijous de 16.30 a 18.30 h

Del 10 d'Octubre al 28 de Novembre (8 sessions)

IOGA ←

Divendres de 9.45 a 10.45 h

← *Tallers de pagament. Preus:*

Tallers d'1 h = 15€ / De 2 h = 30€

7€ / 14€ Amb Targeta Rosa Gratuïta

10€ / 20€ Amb Targeta Rosa Reduïda

NOVES TECNOLOGIES

PHOTOSHOP

Dilluns de 16.30 a 18.30 h

POWER POINT

Dijous d'11 a 13 h

WHATSAPP C

Dimarts i Dijous de 16.30 a 18.30 h

(Del 8 al 31 d'Octubre. 8 sessions)

INICIACIÓ A LA INFORMÀTICA C

Dilluns i Dimecres de 10.30 a 12.30 h

(Del 7 d'Octubre al 27 de Novembre. 16 sessions)

ASSESSORAMENT INDIVIDUALITZAT

Amb cita prèvia

FORMACIÓ PERMANENT

MEMÒRIA TARDA

Dilluns de 16 a 17 h

MEMÒRIA MATÍ

Dimecres de 10 a 11 h

MEMÒRIA AMB JOCS *

Dimecres d'11 a 12 h

GRAMÀTICA CATALANA

Dimecres de 16.30 a 18 h

ESCRITURA CREATIVA C

Dijous de 10.30 a 12.30 h

Del 10 d'Octubre al 28 de Novembre (8 sessions)

LECTURA I ESCRITURA EN CASTELLÀ

Dijous de 16.30 a 18 h

CONVERSA EN CATALÀ

Divendres de 10.30 a 11.30 h

CONVERSA EN FRANCÈS *

Divendres de 12 a 13.15 h

LECTURA I ESCRITURA EN CATALÀ

Divendres de 16 a 17.30 h

ACTIVITATS ARTÍSTIQUES, LÚDIQUES I DE LLEURE

BOIXETS *

Dilluns de 17 a 18.30 h

PATCHWORK *

Dimarts de 10 a 12 h

SEVILLANES I RUMBA FIT ←

Dimarts de 17.45 a 18.45 h

PINTURA

Dimecres de 10 a 12 h

BALL EN LÍNIA

Dimecres d'11 a 12 h

RUMMIKUB

Dimecres de 17 a 18.30 h

COUNTRY ←

Dijous de 9.45 a 10.45 h

SCRABBLE EN CATALÀ

Primer dijous de cada mes a les 11 h

PUNT DE MITJA I GANXET

Dijous de 16 a 19 h

MAQUETISME

Divendres de 10 a 12 h

BALLS LLATINS ←

Divendres d'11 a 12 h

* *Tallers autogestionats*

Les Càpsules C no tenen continuïtat durant el curs.
Cal apuntar-se de nou cada trimestre

CASAL DE GENT GRAN QUATRE CANTONS

PROGRAMACIÓ TARDOR 2024

Camí Antic de València, 116

Telèfon del casal: 644 23 69 64