

Casal Gent Gran  
Can Fàbregas

Tallers i  
Activitats  
culturals  
PRIMAVERA  
2024

Can Fàbregas



Ajuntament de  
Barcelona

Districte de  
Sarrià - Sant Gervasi

## ÍNDEX

## CRITERIS D'ACCÉS

- Poden ser persones usuàries inscrites ..... pàg. 03

## TALLERS

- Procés d'inscripció ..... pàg. 04
- Informacions complementàries ..... pàg. 06

## Oferta de tallers

- Coneixement
  - Aules didàctiques ..... pàg. 07
  - Jocs de taula ..... pàg. 07
  - Llengües ..... pàg. 08
- Creativitat
  - Arts escèniques ..... pàg. 09
  - Belles arts ..... pàg. 09
  - Cuina ..... pàg. 09
  - Manualitats ..... pàg. 09
  - Música ..... pàg. 09
  - Roba i fils ..... pàg. 09
- Moviment
  - Activitat física ..... pàg. 10
  - Balls ..... pàg. 11
  - Petanca ..... pàg. 11
- Noves tecnologies
  - Aplicacions i programes ..... pàg. 12
  - Ordinador ..... pàg. 12
  - Mòbil (smartphone) ..... pàg. 12
- Salut
  - Emocional ..... pàg. 13
  - Memòria ..... pàg. 13

## ACTIVITATS PUNTUALS

- Inscripcions ..... pàg. 14

## Oferta d'activitats

- Anem al teatre ..... pàg. 15
- Anem de concert ..... pàg. 16
- Caminades a mida ..... pàg. 17
- Cinema ..... pàg. 19
- Compartim amd els infants ..... pàg. 19
- Ens expliquen ..... pàg. 20
- Ens Trobem ..... pàg. 22
- Excursions i viatge ..... pàg. 23
- Festes tradicionals ..... pàg. 24
- Visites culturals ..... pàg. 25

## IMPLICA'T AL CASAL

- Voluntariat ..... pàg. 28

## ACTIVITATS de la XARXA de CASALS i GRUPS de GENT GRAN

- Trobades intercasals ..... pàg. 29

## ALTRES ACTIVITATS AL DISTRICTE

- Circuit gimnàstic ..... pàg. 30
- El teatre amb i per les persones grans ..... pàg. 31
- Fira Gran ..... pàg. 31

## LLEGENDA



Gratuït



Pagament



Voluntariat del casal



Nou Taller

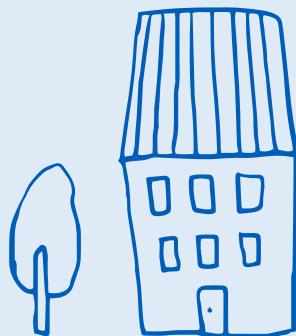
Càpsula Taller.  
No es comptabilitza com un taller

Activitat compartida

# criteris d'accés

## PODEN SER PERSONES USUÀRIES INSCRITES


- Les persones majors de 60 anys residents a la ciutat de Barcelona i les seves parelles, encara que no compleixin el requisit de l'edat.
- Les persones majors de 55 anys prejubilades i/o pensionistes residents a la ciutat de Barcelona i les seves parelles, encara que no compleixin el requisit de l'edat.
- Excepcionalment, també les persones que, tot i no complir els criteris d'edat o de residència, ho sol·licitin per escrit al correu electrònic del punt d'informació del casal, i rebin el vistiplau de la Comissió Gestora i/o del Districte, a través de la direcció del casal. Aquesta condició quedarà subjecta a la revisió que es farà a l'inici del curs següent. En cas de llista d'espera es donarà prioritat d'inscripció a les persones que aconsegueixin els requisits anteriors.



# Tallers

## PROCÉS D'INSCRIPCIÓ

### INSCRIPCIONS als tallers de CONTINUÏTAT

Són els tallers **sense** la indicació de NOU 

#### DATES

- De l'**11 al 15 de març** de 2024 per a qui ja hi participa.

#### HORARIS

- de 10 a 12.30 h
- de 16 a 19 h



## PROCÉS D'INSCRIPCIÓ

### INSCRIPCIONS als tallers **NOUS**

Són els tallers indicats com a NOU 

#### PREINSCRIPCIÓ

- Del **4 de març** al **6 de març** per **DEMANAR** plaça als tallers a on es vol participar.
- 1 persona pot apuntar-ne a una 2a.
- Cal portar el núm. del DNI.
- Es pot fer per **correu electrònic, telèfon, whatsapp o presencialment** al casal.

#### SORTEIG i INFORMACIÓ

- El **7 de març**.
  - **SORTEIG** de les places de cada taller.
  - **INFORMACIÓ de ser admès** o estar en llista d'espera.
  - Concertar una **CITA PRÈVIA** amb dia i hora per **formalitzar la inscripció en cas dels tallers de pagament**.
  - Es farà per **whatsapp, correu electrònic o telèfon**.  
Per poder-ho rebre al mòbil, cal tenir el núm. de telèfon del casal guardat als contactes del mòbil.

#### INSCRIPCIONS


- El **11 al 15** de març segons **HORARI ASSIGNAT**.
  - **Si l'horari assignat no va bé**. Caldrà venir de 12.30 a 13 h i/o de 18.30h a 19 h Sempre després de la franja assignada.

#### HORARIS

- de 10 a 12.30 h
- de 16 a 19 h

## INFORMACIONS COMPLEMENTÀRIES

### CAL TENIR EN COMPTE QUE:

- Cada persona es podrà inscriure a un **màxim de 2 tallers**. Els assenyalats amb aquesta icona  no es comptabilitzen, van a part dels 2 tallers.
- En cas que s'exhaureixin les places, s'apuntarà a la llista d'espera.
- Es pot fer el pagament amb targeta de crèdit i/o per transferència bancària.
- Si el taller requereix material complementari. S'haurà d'assumir a nivell particular.
- S'ha d'**assistir a un mínim del 80%** de les sessions dels tallers.
- **No es faran devolucions** dels imports exceptuant aquells casos que el taller quedi anul·lat per causes alienes a l'organització i/o per raons de salut acompanyat d'un informe mèdic, o en aplicació del dret de desistiment segons articles 68 i successius

### TARIFES

Preus públics 2024 (amb el 10% d'IVA)

Genèric:	2,41 €/h
amb TR Reduïda:	1,45 €/h
amb TR Gratuïta:	0,64 €/h

#### Reducció de Targeta Rosa (TR)

- Cal presentar el document que ho acredita.

### CALENDARI

#### Període

**Inici:** 8 d'abril.

**Final:** 7 de juny.









**Festius al Casal.** No hi ha tallers, el casal és obert

**18 abril:** Festa de Sant Jordi, per la tarda.




















## CONeixEMENT

### AULES DIDÀCTIQUES

<b>01. GRANS LECTORS</b> A càrrec d'Isabel Palomar	Dimecres 16.30 a 18 h	 
<b>02. PARLEM: Trobades per reflexionar</b> A càrrec de Carme Piquet	Divendres 17.30 a 18.30 h	 
<b>03. TERTULIA LITERÀRIA</b> A càrrec de: Assumpció Roca i Teresa Font	Dijous 10.30 a 12 h	 
<b>04. POESIA PER GAUDIR-NE</b> A càrrec de Marisol Macià	Dimecres 10.30 a 11.30 h	 

### Jocs DE TAULA

<b>05. BOTIFARRA</b> A càrrec d'Àngel Galman	Dilluns 18 a 19.30 h	 
<b>06. BRIDGE AVANÇAT A)</b> A càrrec de Josep Ma Loscos	Dimecres 16.30 a 18 h	 
<b>07. BRIDGE AVANÇAT B)</b> A càrrec de Josep Ma Loscos	Dimecres 18.15 a 19.45 h	 
<b>08. BRIDGE INICIACIÓ</b> A càrrec de Lola Raurich i Miquel Diaz	Dilluns 16.15 a 17.45 h	 
<b>09. CANASTA</b> A càrrec de Carme Miquel	Divendres 17 a 19 h	 
<b>10. DÒMINO AVANÇAT</b> A càrrec d'Àngel Huertos	Dilluns 10.30 a 12 h	 
<b>11. DÒMINO I ESCACS</b> Grup d'autogestió	Divendres 17 a 19 h	
<b>12. RUMMIKUB A)</b> A càrrec de Josep Martínez i Ramon Carreras	Dimarts 17 a 19 h	 
<b>13. RUMMIKUB B)</b> A càrrec de Josep Martínez i Ramon Carreras	Dijous 17 a 19 h	 

## CONEIXEMENT

### LLENGÜES

#### Alemanys

**14. ALEMANY MITJÀ**

A càrrec d'Elisabeth Oehler

 Dimarts  
11.30 a 12.30 h

**15. ALEMANY CONVERSA**

A càrrec d'Elisabeth Oehler

 Dimarts  
10.15 a 11.15 h


#### Anglès

**16. ANGLÈS A TRAVÉS DE TEXTOS**

A càrrec de Maria Arnau

 Dimarts  
10 a 11 h

**17. ANGLÈS INICIACIÓ**

A càrrec d'Isabel Gallí

 Dijous  
11.45 a 12.45 h

**18. ANGLÈS INTERMEDI A)**

A càrrec d'Isabel Gallí

 Dijous  
10.30 a 11.30 h

**19. SHORT STORIES IN ENGLISH**

A càrrec de Didi Schupp

 Dilluns  
10.30 a 11.30 h


#### Català

**20. CATALÀ per a TOTHOM A)**

A càrrec d'Anna Moya

 Dimecres  
17.15 a 18.15 h

**21. CATALÀ per a TOTHOM B)**

A càrrec d'Anna Moya

 Dimecres  
18.30 a 19.30 h


#### Euskera

**22. EUSKERA INICIACIÓ**

A càrrec d'Ana Rosa Uranga

 Dimecres  
12 a 13 h


#### Francès

**23. FRANCÈS MITJÀ**

A càrrec de Marta Cabot

 Dimarts  
11.15 a 12.45 h

**24. FRANCÈS INICIAL**

A càrrec de Frédérique Bouillon

(NOU)

 Dimarts  
11.30 a 12.30 h


#### Italià

**25. ITALIÀ CONVERSA**

A càrrec de Giuseppa Lulli

(NOU)

 Dilluns  
10.15 a 11.30 h

**26. ITALIÀ INICIACIÓ**

A càrrec de Giuseppa Lulli

(NOU)

 Dilluns  
11.30 a 12.45 h




## CREATIVITAT

## ARTS ESCÈNIQUES

**27. TEATRE INTERACTIU**

Grup surti com surti.  
A càrrec de Carme Piquet

Dilluns  
11.15 a 12.15 h



## BELLES ARTS

**28. DIBUIX**

A càrrec de Maria Romaní

NOU

Dimarts  
11.15 a 12.45 h

**29. PINTURA A)**

A càrrec de Daniel Rodriguez

Dilluns  
16.15 a 17.45 h

28,25 €

**30. PINTURA B)**

A càrrec de Daniel Rodriguez

Dilluns  
18 a 19.30 h

28,25 €

## CUINA

**31. CUINA AL MICROONES**

A càrrec de Maria Rovira

Dimecres  
10 a 12 h



## MANUALITATS

**32. RESTAURACIÓ DE MOBLES A)**

A càrrec de Carmen Rodes i  
Roberto Barrera

Dimecres  
16.15 a 18 h

**33. RESTAURACIÓ DE MOBLES B)**

A càrrec de Carmen Rodes i  
Roberto Barrera

Dimecres  
18 a 19.45 h

**34. TAPISSERIA, INICIACIÓ**

A càrrec de Julie Yacar

Divendres  
11 a 12 h



## MÚSICA

**35. CASTANYOLES**

A càrrec d'Isabel Oliva

Divendres  
11.15 a 12.15 h

21,19 €

## ROBA I FILS

**36. CALATS BRODATS**

A càrrec d'Assumpció Roca

Dimarts  
11 a 12.30 h

**37. COSTURA**

A càrrec d'Irma Fourcade

Dimecres  
10.30 a 12.30 h

**38. PATCHWORK A)**

A càrrec de Clara Quintillà

Dimarts  
17.30 a 19 h

**39. PATCHWORK B)**

A càrrec de Conxita Carbó i Clara Quintillà

Dijous  
17.30 a 19 h



## CREATIVITAT

**40. PUNTES DE COIXÍ**  
A càrrec d'Anna Ma Larrotcha

Dimecres  
17.30 a 19.30 h



## MOVIMENT

## ACTIVITAT FÍSICA

**41. DANSA I MOVIMENT**  
A càrrec d'Isabel Oliva

Dijous  
10.15 a 11.15 h

21,19 €

**42. DANSA TERAPÈUTICA**  
A càrrec d'Isabel Oliva

Dimecres  
11.30 a 12.30 h

18,83 €

**43. ESTIRAMENTS**  
A càrrec de Carmen Gallo

Dimecres  
17.15 a 18.15 h

18,83 €

**44. ESTIRAMENTS i TONIFICACIÓ**  
A càrrec de Noemí Jiménez

Dilluns  
16.15 a 17.15 h

18,83 €

**45. GIM-BALL A)**  
A càrrec de Carmen Gallo

Dijous  
17 a 18 h

18,83 €

**46. GIM-BALL B)**  
A càrrec de Carmen Gallo

Dijous  
18 a 19 h

18,83 €

**47. GIMNÀSTICA A)**  
A càrrec d'Isabel Oliva

Dilluns  
10 a 11 h

18,83 €

**48. GIMNÀSTICA B)**  
A càrrec d'Isabel Oliva

Divendres  
10 a 11 h

21,19 €

**49. IOGA A)**  
A càrrec d'Alicia Batista

Dimarts  
10.15 a 11.30 h

26,48 €

**50. IOGA B)**  
A càrrec d'Alicia Batista

Dimarts  
11.45 a 13 h

26,48 €

**51. PILATES**  
A càrrec de Julie Yacar

Dilluns  
11.30 a 12.30 h



**52. TAI-TXÍ A)**  
A càrrec d'Alicia Batista

Dijous  
11 a 12 h

21,19 €

**53. TAI-TXÍ B)**  
A càrrec d'Alicia Batista

Dijous  
12 a 13 h

21,19 €

**54. TAI-TXÍ SUPERIOR**  
A càrrec de Ma Isabel Fernández

Dilluns  
11 a 12 h

18,83 €

## MOVIMENT

**55. TXIKUNG**

A càrrec de Ma Isabel Fernández

Dilluns  
12 a 13 h

18,83 €

**56. ZUMBA GOLD**Tècnica cardiovascular i tonificació  
que treballa la flexibilitat i l'equilibri.  
A càrrec d'Isabel OlivaDimecres  
10.15 a 11.15 h

18,83 €

## BALLS

**57. BALL EN LÍNIA A)**

A càrrec de Marta Borrás

Dijous  
11.30 a 12.30 h

21,19 €

**58. BALL EN LÍNIA B)**

A càrrec de Marta Borrás

NOU

Dimecres  
16 a 17 h

18,83 €

**59. COUNTRY A)**

A càrrec de Carles Molina

Dimarts  
16 a 17 h

21,19 €

**60. COUNTRY B)**

A càrrec de Carles Molina

Dimarts  
17.15 a 18.15 h

21,19 €

**61. COUNTRY C)**

A càrrec de Carles Molina

Dimarts  
18.30 a 19.30 h

21,19 €

**62. SARDANES**

A càrrec de Josep Queralt

Dimecres  
18.30 a 19.30 h

G V

**63. SEVILLANES AVANÇAT**

A càrrec de Montse Marin

Dilluns  
17.15 a 18.45 h

G V

## PETANCA

**64. PETANCA A)**

Grup d'autogestió

Dimarts  
10.30 a 12.30 h

G V

**65. PETANCA B)**

Grup d'autogestió

Dijous  
10.30 a 12.30 h

G V



## NOVES TECNOLOGIES

## APLICACIONS I PROGRAMES

**66. CREAR UN VÍDEO PER COMPARTIR-LO amb smartphone, tauleta i ordinador**  
Cal portar pendrive mínim de 8G  
A càrrec de Francesc Guasch

Dijous  
17 a 18.30 h

G V

**67. PHOTOSHOP**  
A càrrec de Ferran Temprana

Dimarts  
18.15 a 19.45 h

G V

## ORDINADOR

**68. EINES TECNOLÒGIQUES**  
Informàtica, internet, seguretat a la xarxa...  
A càrrec de Sebastian Aguado

Dilluns  
11.30 a 12.30 h

G V

**69. FES TRÀMITS PER INTERNET**  
Organitza: Fundació "la Caixa"  
**8 abril al 10 maig**

NOU

Dimarts i dijous  
10.15 a 12.15 h

G

**70. INTERNET PER A TOTHOM I REFORÇ INFORMÀTIC**  
A càrrec de Francesc Nualart

Dimecres  
16.30 a 18 h

G V

**71. REFORÇ INFORMÀTIC AVANÇAT**  
A càrrec de Rafael Palomares

Dilluns  
18 a 19.30 h

G V

## MÒBIL (Smartphone)

És imprescindible portar el teu telèfon smartphone.

**72. CONEIX EL TEU TELÈFON MÒBIL**  
Configuració, aplicacions, Whatsapp,...  
A càrrec de Sebastian Aguado

Dimecres 11.30 a  
12.30 h

G V

**73. WHATSAPP**  
Organitza: Fundació "la Caixa"  
**7 al 16 maig**

NOU

Dimarts i dijous  
10.15 a 12.15 h

G

## SALUT

## EMOCIONAL

**74. L'HORTET AL CASAL**

Grup d'autogestió

Divendres  
11.30 a 12.30 h

G

**75. MEDITACIÓ**

A càrrec de Mercè Aso

Divendres  
11.30 a 12.30 h

G V

## MEMÒRIA

Són tallers per prevenir possibles pèrdues de memòria associades a l'edat.

**76. ESTIMULACIÓ COGNITIVA A)**

A càrrec de Carmen Gallo

Dimarts  
18.15 a 19.15 h

21,19 €

**77. ESTIMULACIÓ COGNITIVA B)**

A càrrec de Pablo Toledo

Dilluns  
10.30 a 11.30 h

18,83 €

**78. ESTIMULACIÓ COGNITIVA C)**

A càrrec d'Alicia Batista

Dijous  
16.15 a 17.15 h

18,83 €

**79. ESTIMULACIÓ COGNITIVA D)**

A càrrec de Pablo Toledo

Dilluns  
11.45 a 12.45 h

18,83 €

**80. MEMÒRIA A)**

A càrrec de Carme Piquet

Divendres  
11 a 12.30 h

G V

**81. MEMÒRIA B)**

A càrrec de Carme Piquet

Divendres  
18.45 h a 19.45 h

G V

**82. MEMÒRIA C)**

A càrrec de Creu Roja

del 9 d'abril a l'11 de juny

NOU

Dimarts  
12 a 13 h

G

**83. MEMÒRIA MUSICAL**

A càrrec de Creu Roja

De 12 d'abril al 3 de maig

NOU

Divendres  
17.45 a 19.15 h

G

**84. EXPERIÈNCIA REMI**

Organitza: Fundació Salut i Envel·liment

7, 14, 21 i 28 de maig

NOU

Dimarts  
10.15 a 11.15 h

G

# Activitats puntuals

## INSCRIPCIONS

### DATES

**INICI:** a partir del **18 de març**. A excepció de Conspiranoia que s'està fent a primers de març.

**FINAL:** fins al mateix dia a no ser que estigui indicada la data a l'activitat.

### PODEN FER-SE:

- **PRESENCIALMENT AL CASAL.**  
Especialment les de pagament
- **CORREU ELECTRÒNIC:**  
info@ggcanfabregas.cat
- **TELÈFON:**  
93 203 21 43 - 677 420 229
- **WHATSAPP:**  
602 223 324

## INFORMACIONS COMPLEMENTÀRIES

### CAL TENIR EN COMPTE QUE

- Cal haver fet la inscripció per poder realitzar l'activitat.
- El pagament pot fer-se amb targeta de crèdit o per transferència.
- **No es fa reserva de places** a les activitats de €
- Una persona sols pot apuntar a una persona més.
- **Es crearà un grup de Whatsapp** en algunes de les activitats per comunicar-nos i s'eliminarà un cop s'hagi fet.

## ANEM AL TEATRE



Activitat compartida amb els casals de Can Castelló i Sant Ildefons.

**CONSPIRANOIA**

**Dimecres**

**24 abril**

**20 h**

Una comèdia dramàtica plena de teories de la conspiració, secrets, mentides i amistats a punt d'esclatar.

**Lloc:** Teatre LA VILLARROEL. C. de Villarroel, 87.

**Transport recomanat:** BUS: V11 (Villarroel - Aragó) o  
V13 (Muntaner - Diputació)

**Inscripcions:** inscripcions fetes al març.

**Preu:** 16,95 €

**IFIGÈNIA**

**Diumenge**

**26 maig**

**18 h**

Ens explica el sacrifici de la mitologia grega d'Ifigènia, filla del rei Agamèmnon. Aquest l'ha de sacrificar perquè els déus bufin a favor dels soldats grecs i puguin arribar a Troia per recuperar Helena.

**Lloc:** Teatre LLIURE-Montjuïc. Pl. de Margarida Xirgu, 1.

**Transport recomanat:** BUS: V11 (Tamarit-Mercat St.Antoni) o  
FGC (Pl. Catalunya) + Bus 55 (Pg.l'exposició -  
Santa Madrona).

**Inscripcions:** fins dimecres 22 de d'abril.

**Preu:** 24 €

## ANEM DE CONCERT



Activitat compartida amb els casals de Can Castelló i Sant Ildefons.

**BGMC & THE QUEEN**

Divendres

7 juny

20 h

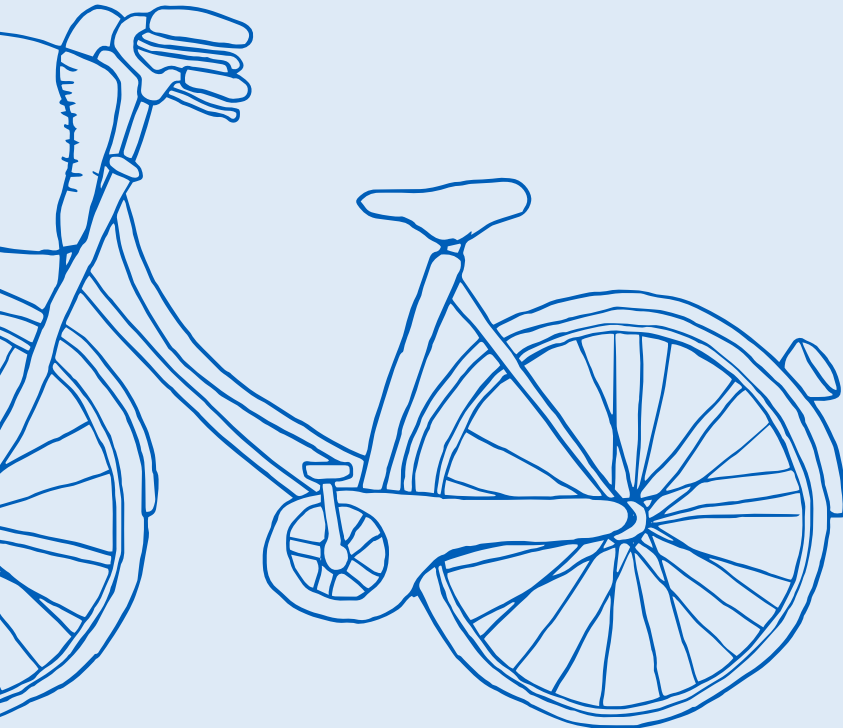
El Barcelona Gai Men's Chorus, el cor LGTBIQ+ més nombrós del país, dirigit per Gerard Ibáñez, i amb més de 70 cantants, un espectacle que no et deixarà indiferent. BGMC & The Queen ens explica el conte d'un regne on hi havia un rei, però no hi havia reina i com ho solucionen.

**Lloc:** : Teatre Comtal. : Av. del Paral·lel, 91

**Transport recomanat:** BUS: V11 (Paral·lel - Margarit) o  
FGC (Pl. Catalunya) + Metro L3 (Paral·lel).

**Inscripcions fins:** fins dijous 9 de maig.

**Preu:** 20,30 €





## CAMINADES A MIDA



**Activitat compartida amb els casals de Can Castelló i Can Fàbregas.**  
**A càrrec de Carlos Gallego, Carmen Ballarín, Daniel Gegúndez i Jordi Bargalló.**

**Són passejades matinals de dificultat mitjana** per conèixer a peu racons del nostre entorn proper.

Es camina unes 2,5 h i la durada total aproximada és d'unies 4 h.

|| *Són sortides de tot el dia i es dina a un restaurant de la zona.*

**Dia: dimecres.**

**Inscripció:** fins dilluns abans de la sortida.

**Assegurança d'accident:** és responsabilitat de cadascú i s'actuarà segons indicacions del 112.

**Observacions:** portar roba adient segons l'estació de l'any, bon calçat, pals de trekking, crema solar, aigua i algun aliment per anar picant.

\* **Bitllet recurrent:** És l'abonament gratuït per a viatgers freqüents per les 6 zones tarifàries de rodalies de Barcelona per un preu de fiança de 10 € per a viatges il·limitats. 1r trim. fins al 30 d'abril 2024. 2n trim. de l'1 maig al 31 d'agost.

## EL PRAT DEL LLOBREGAT – DESEMBOCADURA RIU

**Dimecres**

**10 abril**

**8.50 h**

**Punt de trobada:** L9/sud Metro  
zona universitària

**Comprar bitllet:** 1 zona (és vàlida la T-casual)

## RUTA DELS ARBRES DE VALLCÀRQUERA (El Figaró-Montmany)

**Dimecres**

**24 abril**

**9.00 h**

**Punt de trobada:** Taquilles RENFE  
– SANTS.

**Comprar bitllet:** bitllet recurrent \*

## CAMINADES A MIDA

**LA RIERADA (Riera de Vallvidrera a Molins de Rei) ||**

Dimecres

8 maig

8.50 h

**Punt de trobada:** Andana de l'estació dels FGC de Muntaner i/o Sarrià (direcció St. Cugat).

**Comprar bitllet:** 1 zona. Serveix T4.

**SALT DEL PRAT (El Figaró-Montmany) ||**

Dimecres

22 maig

8.50 h

**Punt de trobada:** Taquilles RENFE – SANTS.

**Comprar bitllet:** 6 zones o bitllet recurrent. \*

**ITINERARI DE NATURA DE  
LA RIERA DE MARTINET (Aiguafreda) ||**

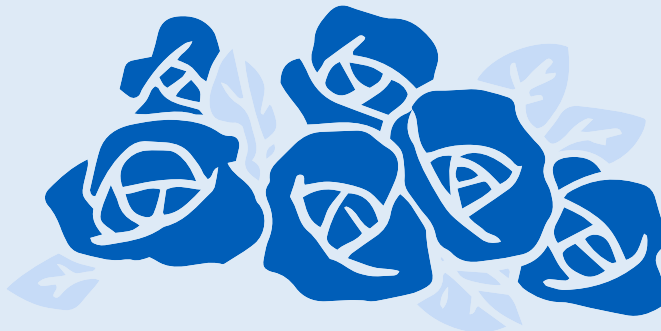
Dimecres

5 juny

8.50 h

**Punt de trobada:** Taquilles RENFE – SANTS.

**Comprar bitllet:** 3 zones o bitllet recurrent. \*



## CINEMA



Si t'agrada el cinema vine a veure les millors pel·lícules en companyia i reflexiona, expressa i comparteix les teves idees.

*Amb l'aportació de Mai Estapé.*

**TODO SOBRE MI MADRE**

Dijous

16 maig

17 h

Manuela, una mare soltera, veu morir el seu fill el dia que fa 17 anys, per posar-se a córrer per aconseguir l'autògraf de Huma Rojo, la seva actriu favorita. Destrossada, Manuela viatja llavors a Barcelona a la recerca del pare del noi.

**THE FULL MONTY**

Dijous

30 maig

17 h

Arran del tancament d'una fàbrica d'acer, molts homes queden sense feina. Gaz, un dels afectats ha de pagar la manutenció del seu fill i amb la por de perdre el fill es reinventa i organitza un espectacle de striptease.

**LA PANTERA ROSA TORNA A ATACAR**

Dijous

20 juny

17 h

Mentre el cap de l'inspector Clouseau, s'està recuperant a l'hospital d'una crisi nerviosa provocada pel seu terrible subordinat. Clouseau decideix anar-lo a veure i el cap pateix un rampell de bogeria i jura que dedicarà la vida a la venjança.

## ENS EXPLIQUEN



## HISTÒRIA

**LA BATALLA DE LITTLE BIGHORN,  
O LA MASSACRE DE CUSTER****Dijous****9 de maig****17 h**

Va ser un combat esdevingut entre els amerindis d'ètnies, Xeiene i Sioux, contra el setè de cavalleria de l'exèrcit dels Estats Units el 26 de juny de 1876. Aquesta va ser la darrera i més gran victòria dels nadius americans sobre l'exèrcit dels EUA.

***A càrrec de Gaspar Vila***

## PRESENTACIÓ DEL LLIBRE

**EL CARTER****Dijous****2 maig****17 h**

L'autor ens presentarà aquesta obra en la qual la Guerra Civil marcarà la vida d'un nen en una societat rural atemorida pels esdeveniments.

***A càrrec de Jordi Vendrell  
Deborda.*****RESUM POÈTIC I  
FOTOGRÀFIC****Dijous****13 juny****17 h**

Aquest llibre recull poemes, anècdotes i fotografies curioses, de les vivències d'aquest poeta de Sarrià i les del seu avi.

***A càrrec de Frederic Bou***

## ENS EXPLIQUEN



## SALUT

**MOU-TE SEGUR**

**Dijous**  
**4 abril**  
**17 h**

Amb aquesta xerrada de sensibilització s'oferiran recomanacions per a desplaçar-se de manera segura, donant a conèixer les conseqüències dels sinistres viaris a través d'experiències reals.

***A càrrec de Stop Accidentes***

**SUMAR ANYS I SALUT**

**Dijous**  
**11 abril**  
**17 h**

L'Organització Mundial de la Salut (OMS) defineix la salut com l'estat de complet benestar físic, mental i social, i no només l'absència de malaltia. Amb aquesta xerrada el CAP de Sarrià ens informarà com mantenir la salut al llarg dels anys, i preservar o millorar el benestar físic i prevenir la patologia amb simples recomanacions.

***A càrrec d'Eulàlia Bassas Bullich, Fisioterapeuta del CAP de Sarrià***

**RECURSOS PER A GENT GRAN**

**Dijous**  
**25 abril**  
**17 h**

En aquesta xerrada es resoldran dubtes com: A on podem demanar la discapacitat i la dependència? Quina diferència hi ha entre dependència i discapacitat? Quines ajudes puc demanar? Què és la teleassistència? Quins requisits demanen per fer aquests tràmits?

***A càrrec de Núria López Gomis, Treballadora Social del CAP Sarrià***

**UN MÓN CANVIANT: EINES**

**Dijous**  
**23 maig**  
**17 h**

Vivim obsessionats per anticipar-nos, preveure i comprendre els canvis que ens ofereix el futur i això ens fa tenir i potenciar la por i un sentiment de "i si em perdo alguna cosa important?". Això ens porta a una incessant velocitat emocional. I si el secret és detectar el que sempre continua igual i ens fa feliços?

***A càrrec de Maria Roca, terapeuta i pedagoga***

## ENS EXPLIQUEN



## SALUT

**PETITS CONSELLS PER A GRANS PERSONES**

Dijous

27 juny

17 h

La seguretat es cosa de tots i totes; amb aquesta xerrada compartirem consells de seguretat al domicili, en via pública, mobilitat i les estafes més habituals. La prevenció és la teva millor defensa.

*A càrrec de Guàrdia Urbana de Sarrià.*

## ENS TROBEM

**EL CASAL ENS PARLA**

Dimecres

12 de juny

11 a 12,30 h

Et convidem a participar activament en aquesta activitat del casal on escoltarem les teves propostes i on podem conversar obertament sobre el funcionament del casal aquest curs i recollir les teves valoracions i idees per poder introduir millores de cara al curs vinent.

*A càrrec de la direcció del casal conjuntament amb les Comissions del casal*

## EXCURSIONS I VIATGE



*Activitat compartida amb els casals de Sant Ildefons i Can Castelló.*

*A càrrec de Ma Rosa Sabater.*

*Amb el suport de l'agència d'AIGE Viatges.*

**INFORMACIÓ directa amb la responsable al casal de Can Castelló.**

- Dijous de 10.30 a 12 h
- És presencial i/o per telèfon al 93 241 78 74

**INSCRIPCIONS**

- A qualsevol dels 3 casals municipals en l'horari d'atenció dels equipaments.
- Pagament directe a l'agència a través d'una transferència bancària.
- Data límit: 1 setmana abans de marxar.

**LLOCS I PREUS**

- A concretar. Estigueu atents a la cartellera i a la difusió per @ i  del casal.

**EXCURSIÓ****LLEIDA: CASTELL DE GARDENY I LA SEU VELLA**

Dijous

11 abril

Preu: 69 €

**VIATGE****COMBINACIÓ ATRACTIVA:  
PORTUGAL I CÒRDOVA**

29 maig al 4 juny

Preu: 1.675 €

Paga i senyal de 150 € en efectiu, al casal de Can Castelló els dijous de 10.30 a 12 h, abans del 4 d'abril.

## EXPOSICIONS



## FOTOGRAFIES ARTÍSTIQUES DE SENSIBILITZACIÓ VIÀRIA

2 abril - 3 maig

Aquesta exposició està composta per fotografies fetes en el marc del Concurs Nacional de Fotografia "Peatón, no atravieses tu vida", on es transmeten missatges de conscienciació per evitar accidents, adreçats a tota la població general.

*A càrrec de Stop Accidentes*

## PINTURA I CORAL

6 maig - 6 juny

El Josep Ma té dues grans aficions, la coral i la pintura, amb aquesta exposició junta les dues perquè també les puguem gaudir tots plegats.

*A càrrec de Josep Ma Alemany*

## FESTES TRADICIONALS



## SANT JORDI

Dijous

18 abril

17.30 h

Programa:

- Actuació del grup de teatre "Surti com surti" amb l'obra "Amunt i avall".
- Recital de poesia Catalana, a càrrec dels alumnes taller "Poesia per gaudir-ne".

## SETMANA GRAN

11 i 12 de juny

Exposicions, activitats i més sorpreses per acabar el curs.

Reunió d'avaluació anual del casal.


Programa a concretar.



## VISITES CULTURALS

**Activitat compartida amb els casals de Can Fàbregas i Sant Ildefons.**

Cal tenir en compte que:

- són poc recomanades per persones amb mobilitat reduïda.
- en les que hi ha la icona ; és necessari portar-los de casa.
- La durada de cada visita és d'unes 2 h aproximadament.

**A càrrec de Mercè Tortras i Montse Flotats.****LA VIA LAIETANA I EL BARRI PERDUT****Dijous****18 abril****10.15 h**

Dissenyada per I. Cerdà, no es va obrir fins al 1908. Prop de dos mil habitatges enderrocats i vuitanta carrers esborrats per sempre del mapa de Barcelona. Vine i sabràs qui i perquè es va proposar, d'on van sortir els diners i quins arquitectes hi van participar.

**Punt de trobada:** Davant l'edifici de Correus de Via Laietana.

**Transport recomanat:** FGC: S1 o S2 (Pl.Catalunya),  
METRO: L1 (Pl.Urquinaona) o  
BUS: V15 P V17 (Via Laietana - Correus).

**Inscripcions:** fins 1 setmana abans.

**Preu aprox:** 10 €. A pagar per transferència bancària. Cal demanar les dades al casal i portar comprovant de pagament.

**UNA TARDA A LA CASA DE JOAN MARAGALL****Dramatúrgia i Visita a la Casa****Dijous****25 abril****18 h**

Assistirem a una sessió Teatral "Maragall a casa", construïda a partir dels seus articles, poemes i correspondència. Des del menjador de la seva casa de Sant Gervasi, Joan Maragall ens explica les seves vivències, els seus somnis, el seu ideari.

**Punt de trobada:** C/Alfons XII 79.

**Transport recomanat:** FGC: Sant Gervasi

**Inscripcions:** fins 1 setmana abans.

**Preu:** 12 €. A pagar el mateix dia de la visita l'import just en efectiu.

## VISITES CULTURALS



## LA SEU D'ÈGARA ESGLÉSIES DE SANT PERE DE TERRASSA

Dijous  
9 maig  
10.15 h

El conjunt Monumental de les esglésies de Sant Pere constitueix un element excepcional del patrimoni històric català. Conté un ric patrimoni arqueològic i artístic que abasta un període ininterromput de l'època ibèrica fins ara.

**Punt de trobada:** a l'estació "Vallparadís-Universitat"  
(avinguda Jacquard) dels FGC.

**Transport recomanat:** FGC: S1 (Terrassa).

**Inscripcions:** fins 1 setmana abans.

**Preu aprox.:** 8 €. A pagar el mateix dia de la visita l'import just en efectiu.

## JARDINS DE PEDRALBES I SUPERCOMPUTADOR MARE NOSTRUM



Dijous  
23 maig  
11.15 h

D'ençà que s'instal·là l'ordinador l'any 2004, a la Capella de la Torre dels Girona (actualment rectorat de la UPC) el supercomputador ja ha arribat a la cinquena de les seves actualitzacions.

**Punt de trobada:** Entrada Jardins Pedralbes per Diagonal.

**Transport recomanat:** BUS: V3 o V7 + TRAM: Palau Reial.

**Inscripcions:** fins 1 setmana abans.

**Preu aprox.:** 10 €. A pagar per transferència bancària. Cal demanar les dades al casal i portar comprovant de pagament.

## VISITES CULTURALS



## SANT MARTÍ DE PROVENÇALS I LA BIBLIOTECA GARCIA MARQUEZ



Dijous

6 juny

10.15 h

Si ens apropem a L'Arxiu de la Corona d'Aragó i demanen el pergamí núm. 44 de Borrell II, ens trobarem amb un paper de l'any 989 que ens introduirà a la història d'aquest antic municipi.

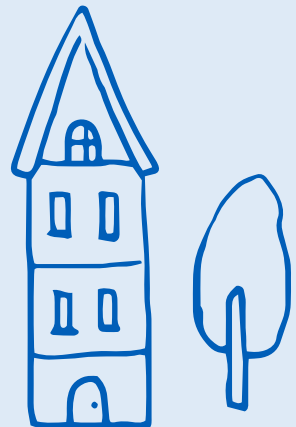
En honor a l'escriptor colombià que va guanyar el Premi Nobel de Literatura el 1982, la biblioteca està especialitzada en literatura llatinoamericana.

**Punt de trobada:** C/ Guipúscoa sortida metro Bac de Roda (L2 lila)

**Transport recomanat:** FGC: Pl. Catalunya + METRO L2 Bac de Roda.

**Inscripcions:** fins 1 setmana abans.

**Preu aprox.:** 10 €. A pagar per transferència. Cal demanar les dades al casal i portar comprovant de pagament.



# Implica't al casal

## VOLUNTARIAT

### NECESSITEM PERSONES PER:

- Participar activament de les comissions del Casal:
  - **Comissió Gestora** (col·laborar en la programació i avaluació trimestral d'activitats i tallers, recollir demandes i/o queixes de les persones usuàries del casal, compartir incidències, suggerir millores, coordinar-se amb altres grups del barri, estar al cas de la resta de comissions, ...).
  - **Comissió de festes** (organitzar festes participatives).
  - **Comissió d'acollida** (acollir a les persones noves al casal i/o acompanyar a les que estan a l'espai relacional).
  - **Comissió de Teatre i Concert** (fer tàndem amb la persona que ja ho porta per dissenyar la programació i fer acompanyament).
  - **Caminades**, persona que li agradi caminar, amb coneixements en la utilització del GPS

Si pots donar-nos un cop de mà i/o vols participar activament fent algun altra voluntariat, tan sols cal que ens ho facis saber.

## Activitats de la xarxa de casals i grups gent gran

Són activitats impulsades pel Programa de dinamització de gent gran del districte.

### TROBADES INTERCASALS



Una oportunitat per compartir i gaudir d'activitats i/o tallers entre grups, entitats i casals de persones grans. I mostrar-ho a altres persones.

Obert a tothom.

*A càrrec de la XARXA de CASALS i GRUPS de GENT GRAN del districte.*

### TROBADA DE BALLS

#### COUNTRY, DE SALÓ EN LÍNIA, EN LÍNIA, EXPRESSIU, RIU I VIU, SARDANES i SEVILLANES

Dimarts

14 maig

17 h

**Farem com l'any passat:**

1r Una fresca exhibició dels diferents balls i grups

2n Ball obert a tothom amb música en viu

**LLoc:** PLAÇA PERE FIGUERA I SERRA (davant del casal de Can Fàbregas)

### TROBADA DE CORALS

#### 25a CANTADA CORALS DE GENT GRAN

Dimecres

8 maig

17 h

Un any més, els cors i cantaires grans de Sarrià - Sant Gervasi afinen veus per fer d'aquesta trobada una tarda de música, bon ambient i somriures assegurats. T'esperem!

**LLoc:** PARRÒQUIA DE SANT ILDEFONS. c/ Madrazo, 92.

## ALTRES ACTIVITATS AL DISTRICTE

Són activitats impulsades per altres entitats o serveis de proximitat.

### CIRCUIT GIMNÀSTIC



Els circuits de salut són unes instal·lacions molt completes des d'on es pot treballar gran part del cos. Fer-ne ús ajuda a prevenir i disminuir la pèrdua de l'equilibri, la rigidesa i la mobilitat en general. Són espais per treballar sols o en companyia.

#### RECORREGUT DIRIGIT

**Dilluns cada 15 dies**

**12.30 a 13.30 h**

**8 i 22 abril**

**6 i 20 maig**

**3 i 17 juny**

En cas de mal temps, poden canviar els dies.

**LLoc:** JARDINS DEL PASSATGE MALUQUER. Ptge. de Maluquer 8.

**Transport recomanat:** **BUS:** V13, V15, H4 o **FGC:** L7.

**Entrada lliure**

**A càrrec de Mariel Digiovanni de**

***l'Associació Esportiva de Sarrià – St. Gervasi.***

**EL TEATRE DE SARRIÀ amb i per les persones grans**

Un projecte que promou la inclusió, l'arrelament al territori i la reducció del sentiment de soledat no desitjat de totes les persones grans del districte, facilitant l'accés a espais culturals de proximitat.

**S'ofereix una selecció d'espectacles** a preu reduït al Teatre de Sarrià.  
**La PROGRAMACIÓ** - la trobareu a la cartellera dels casals.

**Lloc:** TEATRE DE SARRIÀ. c/ Pare Miquel de Sarrià, 8

**Requisits:** tenir 60 anys o més i disposar de Targeta Rosa.

**Reserves i informació:** es recomana reservar al

Tel. **93 203 97 72** o al

[secretaria@centredesarria.cat](mailto:secretaria@centredesarria.cat) o

comprar l'entrada amb antelació.

**Preu Reduït:** 1€ per la Targeta Rosa Gratuïta i 2€ per la Reduïda.

**Preu General:** entre 10 i 15 €

**A càrrec del Teatre de Sarrià.**

**FIRA GRAN 2024**

Enguany es torna a celebrar al recinte de La Farga de L'Hospitalet. FiraGran ofereix un gran ventall d'activitats, conferències, debats i informació adreçada a la gent gran de Catalunya.

**29 al 31 abril**

**ACTIVITATS COL·LECTIVES**

- **Ball de música i moviment:** Dimecres 29 de 10 a 11h  
Punt i hora de trobada: La Farga de l'Hospitalet a les 9.45 h.
- **Trobada Sardanista:** Dijous 30 a les 16 h.  
Punt de trobada: Plaça de l'Ajuntament de l'Hospitalet de Llobregat.
- **Caminada per a majors de 60 anys:** Divendres 31 a les 10 h.  
Punt i hora de trobada: La Farga de l'Hospitalet a les 9.30 h.
- **II Concurs de fotografia digital (mòbil):** temàtica "La Vellesa".  
Si hi vols participar demana informació als casals abans del 03/05/24.

**A càrrec de FIRA GRAN.**



## ADREÇA

Pl. Pere Figuera i Serra, 1  
08017 Barcelona

Tel. 93 203 21 43

Tel. 677 420 229



Whatsapp: 602 223 324



info@ggcanfabregas.cat



Sarrià



VH4, V7, 66, 68 i 75



## Gestió tècnica:

Esport3,

Serveis Alternatius SL

## HORARIS

De dilluns a divendres,  
de 10 a 13 h  
i de 16 a 20 h

## WHATSAPP CASAL

Si vols rebre informació del casal,  
cal que afegeixis el núm. de  
telèfon **602 223 324** als contactes  
del teu mòbil i així ens podrem  
comunicar millor.

## WEB DISTRICTE

dels casals municipals de  
Sarrià - St. Gervasi

[via.bcn/qeVR50P9sMW](http://via.bcn/qeVR50P9sMW)

Col·laborem amb:

