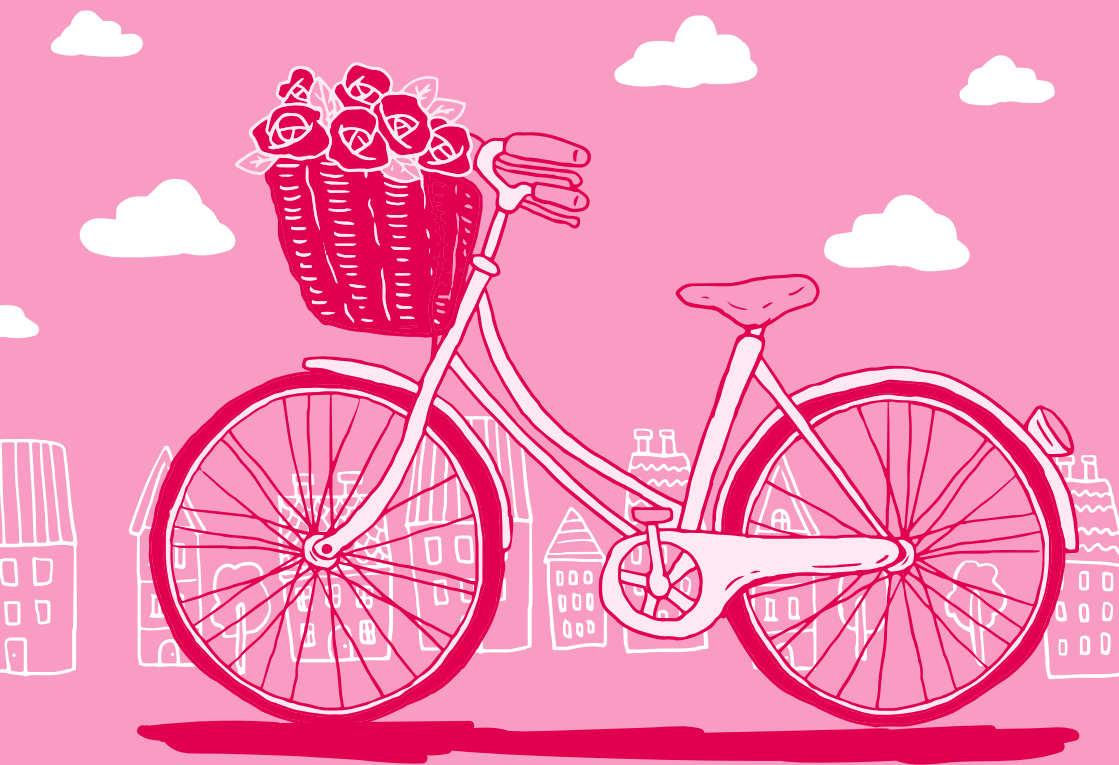


Casal Gent Gran  
Sant Ildefons

Tallers i  
Activitats  
culturals  
PRIMAVERA  
2024

Sant Ildefons



Ajuntament de  
Barcelona

Districte de  
Sarrià - Sant Gervasi

## ÍNDIX

**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. 07
- Creativitat
  - Belles arts.....pàg. 07
  - Música.....pàg. 08
- Moviment
  - Activitat física.....pàg. 08
  - Balls.....pàg. 09
- Noves tecnologies.....pàg. 09
- Salut
  - Memòria.....pàg. 09
  - Experiència de reminiscència .....pàg. 10
  - Nutrició.....pàg. 10
  - Relació.....pàg. 10

**LLEGENDA**

-  Gratuït
-  Pagament
-  Voluntariat del casal
-  Nou Taller
-  Càpsula Taller.  
No es comptabilitza com un taller
-  Activitat compartida

**ACTIVITATS PUNTUALS**

- Inscipcions.....pàg. 11

**Oferta d'activitats**

- Anem al teatre.....pàg. 12
- Anem de concert.....pàg. 13
- Caminades a mida .....pàg. 14
- Cineclub.....pàg. 16
- Compartim amd els infants .....pàg. 17
- Ens expliquen .....pàg. 18
- Ens Trobem.....pàg. 20
- Excursions i viatge.....pàg. 21
- Festes tradicionals.....pàg. 23
- Visites culturals .....pàg. 24

**IMPLICA'T AL CASAL**

- Voluntariat.....pàg. 27

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

- Trobades intercasals.....pàg. 28

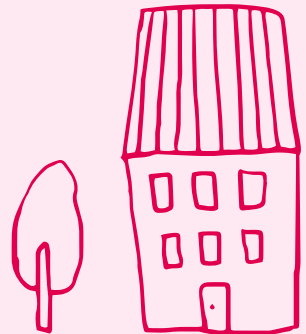
**ALTRES ACTIVITATS AL DISTRICTE**

- Circuit gimnàstic.....pàg. 29
- El teatre amb i per les persones grans .....pàg. 30
- Fira Gran.....pàg. 30
- Radars.....pàg. 31
- Salut comunitària.....pàg. 31

# Críteris d'acés

## 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 2024 per a qui ja hi participa.

#### HORARIS

- de 10.30 a 12.30 h
- de 16.30 a 19.30 h



## PROCÉS D'INSCRIPCIÓ

### INSCRIPCIONS als tallers **NOUS**

Són els tallers indicats com a NOU 

#### PREINSCRIPCIÓ

- Del **18 de març** al **20 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/INSCRIPCIÓ

- El **21 i 22 de març**
  - **SORTEIG** de les places de cada taller.
  - **INFORMACIÓ i INSCRIPCIÓ de ser admès** o estar en llista d'espera.
  - 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.

#### 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)**

<b>Genèric:</b>	2,41 €/h
<b>amb TR Reduïda:</b>	1,45 €/h
<b>amb TR Gratuïta:</b>	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

- **23 abril: Festa de Sant Jordi** per la tarda.

## CONeixEMENT

### AULES DIDÀCTIQUES

#### 01. TROBADA LECTORA

Espai per compartir a través dels llibres.  
A càrrec de Pilar Vilà

Dijous  
17 a 18.30 h



### JOCS DE TAULA

#### 02. RUMMIKUB A)

A càrrec de Carme Camprodon

Dilluns  
17 a 19 h



#### 03. RUMMIKUB B)

A càrrec de Victoria Cornet

Dimecres  
17 a 19 h



### LLENGÜES

Les llengües no es comencen de zero, es demana tenir un nivell base

#### Anglès

#### 04. ANGLÈS ELEMENTAL

A càrrec de Ricardo Figuera

Dijous  
10 a 11 h



#### 05. ANGLÈS PRE-INTERMEDIATE

A càrrec de Ma Lluïsa Rodrigo

Dimecres  
18.15 a 19.45 h



#### Català

#### 06. CATALÀ MITJÀ

A càrrec d'Imma Solà-Morales

Dimecres  
17 a 18.15h



## CREATIVITAT

### BELLES ARTS

#### 07. DIBUIX

A càrrec de Marina Serna

Dijous  
17 a 18 h

21,19 €

#### 08. DIBUIXEM

A càrrec de l'alumnat de batxillerat de  
Jesuïtes Sant Gervasi-Escola Infant  
Jesús.

7, 14, 21 i 28 de maig



Dimarts  
17.30 a 18.45 h



## CREATIVITAT

**09. IL·LUSIÓ PER PINTAR**

A càrrec d'Antoni Vidal

Divendres  
10 a 13 h**10. PINTURA**

A càrrec de Daniel Rodríguez

Dimecres  
17 a 18.30 h

28,25 €

**11. PINTURA: AQUAREL·LA**

A càrrec de Marina Serna

Dijous  
18 a 19.30 h

31,78 €

## MÚSICA

**12. CANT CORAL**

A càrrec de Conxa Fernández

Dilluns  
18 a 19h

## MOVIMENT

## ACTIVITAT FÍSICA

**13. CUIDA L'ESQUENA**

A càrrec de Virginia Gola

Dilluns i dimecres  
11 a 12 h

37,66 €

**14. ESTIRAMENTS**

A càrrec de Virginia Gola

Dilluns i Dimecres  
10 a 11 h

37,66 €

**15. ESTIREM EL COS**

A càrrec de Virginia Gola

Dilluns i Dimecres  
12 a 13 h

37,66 €

**16. GIMNÀSTICA de manteniment**

A càrrec de Mariel Digiovanni

Dimarts i Dijous  
11 a 12 h

42,37 €

**17. GIMNÀSTICA de tonificació**

A càrrec de Mariel Digiovanni

Dimarts i Dijous  
10 a 11 h

42,37 €

**18. GIMNÀSTICA SUAU**

A càrrec de Mariel Digiovanni

Dilluns i Dimecres  
16 a 17 h

37,66 €

**19. IOGA HATHA**

A càrrec de Laura Martinez

Dimarts i Dijous  
12 a 13 h

42,37 €

**20. IOGA SHRIVIVEK ADAPTAT**

A càrrec de Ma Rosa Bastero

Dimecres  
18 a 19 h**21. MOU EL COS A)**

A càrrec de Virginia Gola

Divendres  
10 a 11 h

21,19 €

**22. MOU EL COS B)**

A càrrec de Virginia Gola

Divendres  
11 a 12 h

21,19 €

**23. MOU EL COS C)**

A càrrec de Virginia Gola

Divendres  
12 a 13 h

21,19 €



## MOVIMENT

## BALLS

Els balls no es comencen de zero.

**24. COUNTRY A)**

A càrrec de Marta Borràs

Dijous  
17 a 18 h

21,19 €

**25. COUNTRY B)**

A càrrec de Marta Borràs

Dijous  
18 a 19 h

21,19 €

## NOVES TECNOLOGIES

És imprescindible portar el teu telèfon smartphone, tauleta o ordinador portàtil.

## MÒBIL

**26. RESOLDRE DUBTES**

A càrrec de l'alumnat de batxillerat de Jesuïtes Sant Gervasi-Escola Infant Jesús.

9, 16, 23, 30 de maig



Dijous  
17.30 a 18.45 h

G

## SALUT

## MEMÒRIA

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

**27. MEMÒRIA A)**

A càrrec de Mònica Zevallos

Dimarts  
11 a 12 h

21,19 €

**28. MEMÒRIA B)**

A càrrec de Mònica Zevallos

Dimarts  
12 a 13 h

21,19 €

**29. MEMÒRIA C)**

A càrrec de Mònica Zevallos

Dijous  
11 a 12 h

21,19 €

**30. MEMÒRIA D)**

A càrrec de Mònica Zevallos

Dijous  
12 a 13 h

21,19 €

**31. TREBALLEM LA MENT A)**

A càrrec de Pablo Toledo

Divendres  
17 a 18 h

21,19 €

**32. TREBALLEM LA MENT B)**

A càrrec de Pablo Toledo

Divendres  
18 a 19 h

21,19 €

## SALUT

## EXPERIÈNCIA de REMINISCÈNCIA

Es treballarà la recuperació de la memòria individual i col·lectiva de la vida quotidiana dels anys passats a partir d'estímuls com la música, el cinema, espais, oficis, etc. També hi haurà, si cal, un servei d'orientació psicopedagògica davant les pèrdues de memòria.

A càrrec de la Fundació Salut i Envel·liment de la Universitat Autònoma de Bcn.

## 33. EXPERIÈNCIA REMI- anys 70 A)

3,10, 7, 24 de maig

Divendres  
11.45 a 12.45 h

G

## NUTRICIÓ

## 34. NUTRICIÓ

Mites, hàbits saludables, alimentació antiinflamatòria i microbiota.

A càrrec de Lucia Zamora, dietista i nutricionista del CAP Adrià

9, 16, 23, 30 d'abril



Dimarts  
11 a 12 h

G

## 35. NUTRICIÓ

Mites, hàbits saludables, alimentació antiinflamatòria i microbiota.

A càrrec de Lucia Zamora, dietista i nutricionista del CAP Adrià

7, 14, 21, 28 de maig



Dimarts  
11 a 12 h

G

## RELACIÓ

## 36. ESPAI TERTÚLIA

Compartir una estona parlant de l'actualitat.

A càrrec d'Antoni Vidal

Dimecres  
11 a 12 h

G V

# 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.**
- **CORREU ELECTRÒNIC:**  
info@ggsantildefons.cat
- **TELÈFON:**  
93 566 83 16 - 678 513 675
- **WHATSAPP:**  
658 93 97 94

## 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 € fins a efectuar el seu pagament.
- 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 Fàbregas i Can Castelló.

**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 Fàbregas i Can Castelló.

**BGMC & THE QUEEN**

**Divendres**

**7 juny**

**20 h**

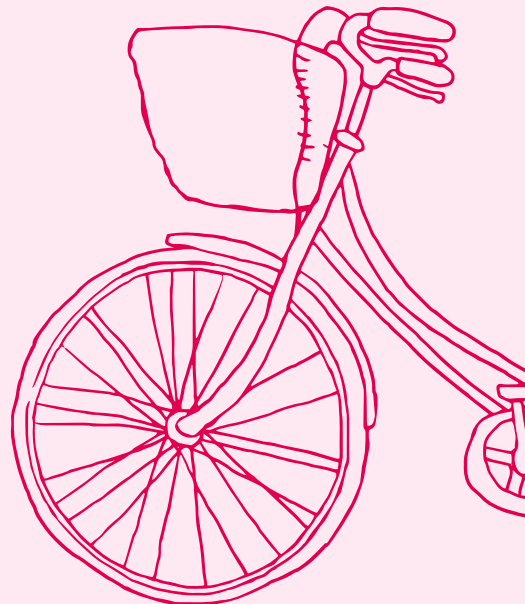
El Barcelona Gai Men's Chorus, el cor LGTBIQ+ més nombrós del país, dirigit per Gerard Ibáñez, i amb més de 70 cantants, un espectacle que no et deixarà indiferent. BGMC & The Queen ens explica el conte d'un regne on hi havia un rei, però no hi havia reina i com ho solucionen.

**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'unues 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. \*

## CINECLUB

**A càrrec de Montse Flotats.**

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

**LA BIBLIOTECA DELS LLIBRES REBUTJATS  
LE MYSTÈRE HENRI PICK****Dimarts****16 abril****17 h**

Una jove editora descobreix a una Biblioteca d'un petit poble de la Bretanya francesa, una novel·la magistral escrita per Henri Pick, l'amo d'una pizzeria mort fa dos anys. La novel·la es converteix en èxit de vendes, però un crític literari escèptic i obstinat es proposa a partir d'un programa de TV, desemmascarar el misteri.

**EL NOM - LE PRENOM****Dimarts****14 maig****17 h**

El protagonista, Vicent un home de quaranta anys serà pare per primera vegada. En un sopar a casa d'un dels seus amics la conversa es focalitza en tot allò que té a veure amb el seu futur fill. Mentre esperen a la jove esposa de Vicent, Anna, li pregunten si ja han escollit el nom del nen i la resposta de Vicent provoca el caos.



**COMPARTIM AMB ELS INFANTS** de l'escola Nausica

G

V

**IL·LUSTREM SANT JORDI****Març**

Si vols participar de la redacció alternativa de la llegenda de sant Jordi perquè l'alumnat de l'escola Nausica faci les il·lustracions, posa't en contacte amb el casal.

**BALLEM COUNTRY****Dijous****23 maig****17 h**

Els alumnes de country del casal faran una classe magistral als alumnes de 6è de primària al pati de l'escola i ells ens ensenyaran una coreografia de moda.



## ENS EXPLIQUEN

G

V

**CICLE D' EGIPTE**

A càrrec de **Josep Anton Poch**, *farmacèutic i apassionat de l'art i l'antic Egipte.*

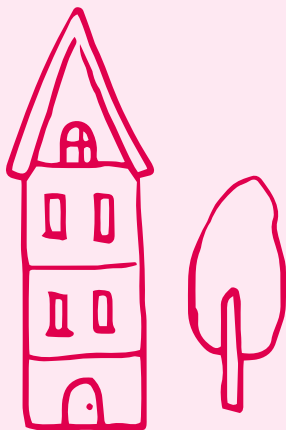
**ELS SÈNIORS A L'ANTIC EGIPTE****Dimarts****9 abril****17 h**

Presentar un estudi comparatiu entre les persones sèniors actuals i les de l'Antic Egipte no és fàcil, no només pels milers d'anys que separen les dues realitats sinó per les diferents esperances de vida i la manera d'enfocar la vellesa, tot i la distància temporal, podem observar que la cultura egípcia té molt de comú amb les pautes de comportament actuals.

**L'EGIPTE MÀGIC****Dimarts****7 maig****17 h**

Si ha existit una civilització a la qual podem atribuir una màgia especial, sens dubte és l'Antic Egipte.

Com a bon final pel Cicle de l'Antic Egipte el ponent ens explicarà de primera mà algunes de les experiències, "màgiques" que ell va viure i recolzarà amb vídeos originals gravats personalment.



## ENS EXPLIQUEN



## CIÈNCIA

**HISTÒRIA DE LA MATEMÀTICA, SEGONA PART****Dimarts****30 abril****17 h**

Petites històries d'alguns dels matemàtics més influents des del segle XVI fins al segle XXI, explorant les seves contribucions excepcionals al món de les matemàtiques i el seu impacte durador en la nostra comprensió de la naturalesa, la ciència i la tecnologia.

*A càrrec de Cesar Ramon*

## SALUT

**REACCIONS AL·LÈRGIQUES?****Dimarts****21 maig****17 h**

Què és una al·lèrgia, quins tipus hi ha, per quina raó apareixen, a través de quins mecanismes biològics es produeixen, quines són les seves manifestacions clíniques i què podem fer per a prevenir-les i tractar-les, descobrim-ho.

*A càrrec de Raquel Tomàs, metgessa de família.*

**BENEFICIS DE LA DIETA MEDITERRÀNIA****Dimarts****28 maig****17 h**

Descobreix en què es basa, realment, la Dieta Mediterrània i com recuperar la seva essència a la cuina. Repassarem tots els beneficis que ens dóna tant en l'àmbit de salut com de benestar.

*A càrrec de Josep Pont, consultor i formador nutricional.*

**ENS TROBEM****EL CASAL ENS PARLA****Dimarts****11 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 Can Castelló i Can Fàbregas.*

*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



## CATALUNYA EN BLANC I NEGRE

**Abril**

Descobrim racons de la geografia catalana i sobretot del districte il·lustrats únicament amb ploma i tinta negra.

**A càrrec d'Antonio Cruz,**  
*il·lustrador*

## LOS COLORES

**Maig**

Alguien dijo: "El arte es el lienzo donde el color da vida a las emociones y sueños" y es verdad, el "color es vida"

**A càrrec de Margarita Levy,**  
*participant del casal*

## EL CASAL ENS INSPIRA

**Juny**

Les persones que participen dels tallers d'aquarel·la, dibuix, il·lustració per pintar i pintura exposen alguna de les obres realitzades al casal durant aquest curs.

**Grups d'arts del casal**



## FESTES TRADICIONALS



## SANT JORDI

**a Jesuïtes Sant Gervasi - Escola Infant Jesús**

Activitat compartida amb el Can Castelló.

**Dia i hora a concretar**

Gaudeix d'una diada a l'escola.

**Lloc:** Escola Jesuïtes Sant Gervasi - INFANT JESÚS. c/ de l'Avenir, 19

**amb Nausica**

**Dia i hora a concretar**

Gaudeix d'una lectura conjunta de la llegenda alternativa.

**al nostre casal**

**Dimarts**

**23 abril**

**17 h**

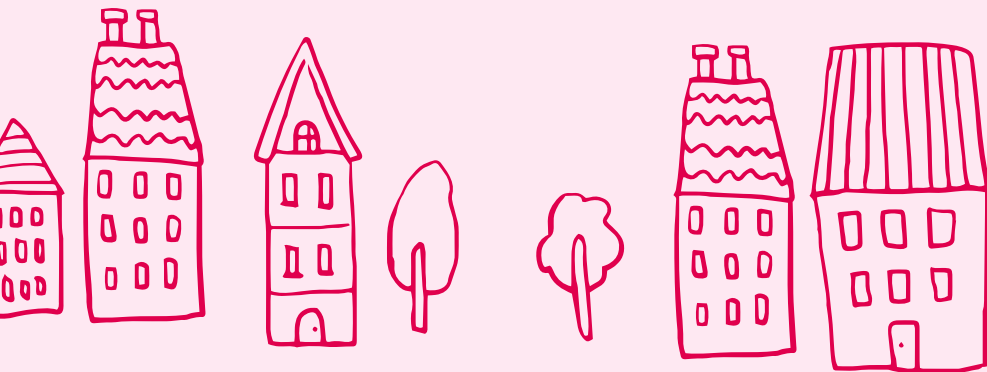
Gaudeix d'un concert i una encisadora lectura de poemes i relats.

## FINAL DE CURS

**Dimarts**

**11 juny**


**PROGRAMA A CONCRETAR.**



## VISITES CULTURALS

**Activitat compartida amb els casals de Can Castelló i Can Fàbregas.**

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.

## ELS JARDINS DEL PALAU DE PEDRALBES I EL PARC DE CERVANTES



**Dijous**  
**23 maig**  
**11.15 h**

L'existència dels Jardins té l'origen en un incendi: el que va destruir, el dia de Nadal de l'any 1875, l'edifici del segle XVII situat al Pla de Palau i que era la residència dels reis quan visitaven la ciutat. El Parc, situat als terrenys que abans ocupava el torrent Estela, que recollia les aigües que baixaven des del cim de Sant Pere Màrtir.

**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.

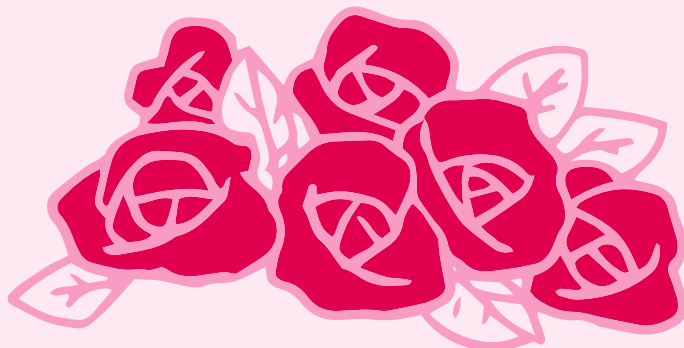
En honor a l'escriptor colombià que va guanyar el Premi Nobel de Literatura el 1982, la biblioteca està especialitzada en literatura llatinoamericana.

**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 PEL CURS VINENT:

- 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).

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

**L·Loc:** 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!

**L·Loc:** 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** 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.*

**RADARS****G****FESTA DELS BARRIS DE SANT GERVASI**

**Dijous**  
**6 juny**  
**18 h**

Un homenatge a les persones grans del barri: música, ball, animació, tallers, berenar. Activitats per totes les edats: tothom hi està convidat

**LLoc:** Jardins de Can Castelló. c/ Castelló 1-7.

**A càrrec de la Taula Comunitària de RADARS Sant Gervasi.**

**SALUT COMUNITÀRIA DE GALVANY I FARRÓ****G**

*A càrrec de la Taula Comunitària de Sant Gervasi - Galvany i El Farró*

**FEM CALIU**

**Divendres**  
**10.30 a 12 h**  
**02 abril al 31 maig**

Si tens més de 60 anys i vols compartir amb altres persones de la teva edat moments i experiències de vida combinat amb activitats/tallers...és el teu espai de trobada.

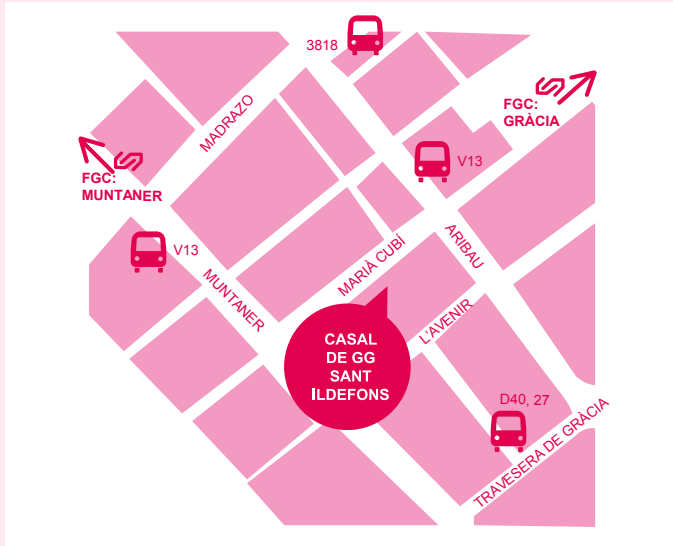
**LLoc:** Casal de Can Castelló. c/ Castelló 1-7.

**FESTA DE LA SALUT**

**Dissabte**  
**4 maig**  
**11 h**

Aquesta primavera tornem a oferir un conjunt d'accions adreçades a la millora de la salut comunitària co-creades des del CAP Adrià, Espai Jove Casa Sagnier, Centre Cívic Vil·la Urània, AVV del Farró, Casal de gent gran i Centre Cívic Can Castelló, Casal Sant Ildefons, centre de serveis socials, i veïns/es del barri en el marc del diagnòstic de la Taula de Salut Comunitària de Sant Gervasi – Galvany i El Farró. L'objectiu és ajudar a combatre la solitud no volguda i promoure el benestar emocional de les persones que viuen en els nostres barris. En aquesta ocasió ens trobarem a la plaça Molina per gaudir plegades d'actuacions musicals, tallers de maquillatge i de Groove, espais de creació...tot un gaudir en companyia!

**LLoc:** Plaça Molina.



## ADREÇA

C/ Marià Cubí 111,  
08021 Barcelona

Tel. 93 566 83 16

Tel. 678 51 36 75



Whatsapp: 658 93 97 94



info@ggsantildefons.cat



Muntaner - Gràcia



V11, V13, D40, 68 i 27

## 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 **658 939 794** 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:

