

CASAL DE GENT GRAN DE MANRESA

ASSOCIACIÓ DE GENT GRAN VIURE I CONVIURE

ACTIVITATS CURS 2017 - 2018

INSCRIPCIONS A LES ACTIVITATS

Els dies 19, 20 i 21 de setembre: els matins de 10 a 12:30 h. i tardes de 17 a 19:30 h.

Els dies 22, 25 i 26 de setembre: els matins de 10 a 12:30 h.

Per apuntar-se cal portar el carnet d'usuari del Casal i el de soci de l'Associació Viure i Conviure.

Les activitats subvencionades pel Departament de Treball, Afers Socials i Famílies tenen una durada trimestral.

Les activitats organitzades per l'Associació Viure i Conviure començaran a l'octubre de 2017 i finalitzaran el juny de 2018.

*** Les places lliures d'anglès, francès, alemany, piano i llenguatge musical estaran condicionades a les vacants del curs anterior.

ACTIVITATS FORMATIVES I CULTURALS

ORGANITZADES PER L'ASSOCIACIÓ VIURE I CONVIURE

(d'octubre 2017 a juny 2018)

NIVELL / GRUP	DIES	HORA	INICI
Professor: Marc Torrellardona			
Primer 1	dimarts	15:30 a 17:00	3 octubre
Primer 3	dimecres	10:00 a 11:30	4 octubre
Primer 3	dijous	15:30 a 17:00	5 octubre
Segon 1	dilluns	15:30 a 17:00	2 octubre
Segon 2	dilluns	10:00 a 11:30	2 octubre
Segon 3	dijous	10:00 a 11:30	5 octubre
Tercer 2	dimarts	10:00 a 11:30	3 octubre
Tercer 3	dimarts	11:30 a 13:00	3 octubre
Tercer 3	dijous	11:30 a 13:00	5 octubre
Tercer 3	divendres	10:00 a 11:30	6 octubre
Tercer 3	divendres	11:30 a 13:00	6 octubre
Avançat	dilluns	11:30 a 13:00	2 octubre
Professora: Jennifer Knight			
nivell 1 C	dimarts	10:00 a 11:00	3 octubre
nivell 2 C	dimarts	11:00 a 12:00	3 octubre
nivell 1 A	dimecres	10:00 a 11:00	4 octubre
nivell 2 A	dimecres	11:00 a 12:00	4 octubre
nivell 3 A	dimecres	12:00 a 13:00	4 octubre
nivell 1 B	divendres	12:00 a 13:00	6 octubre
nivell 2 B	divendres	10:00 a 11:00	6 octubre
nivell 3 B	divendres	11:00 a 12:00	6 octubre

ANGLÈS

Els alumnes d'anglès cal que s'apuntin al nivell corresponent al **mateix horari** del curs anterior.

CONVERSES EN ANGLÈS

	NIVELL / GRUP	DIES	HORA	INICI
FRANCÈS	Professor: Cris Belva			
	Débutant	dimarts	10:00 a 11:30	3 octubre
	Intermédiaire	dimarts	11:30 a 13:00	3 octubre
	Supérieur	dimecres	11:30 a 13:00	4 octubre
	Avancé	dimecres	10:00 a 11:30	4 octubre
CONVERSES EN FRANCÈS	NOU! Professor: Cris Belva			
	Grup 1	divendres	16:15 a 17:15	6 octubre
ALEMANY	Professora: Andrea U. Klein			
	Deutsch 1A	dijous	10:00 a 11:30	5 octubre
	Deutsch 1B	dijous	11:30 a 13:00	5 octubre
CATALÀ ESCRIT	Professor: Francesc Anton			
	Grup 1	dimecres	16:00 a 17:15	4 octubre
	Grup 2	dimecres	17:15 a 18:30	4 octubre
	Grup 3	dimecres	18:30 a 19:45	4 octubre
CATALÀ PARLAT	Professora: Montserrat Serras			
	Grup 1	dijous	10:00 a 11:30	5 octubre
LLENGUATGE MUSICAL	Professora: Josefina Alavedra			
	Grup 1	dijous	10:15 a 11:15	5 octubre
	Grup 2	dijous	12:00 a 13:00	5 octubre
EDUCACIÓ DE LA VEU	Professora: Núria Checa			
	Grup 1	dimarts	a concretar	5 octubre
GUITARRA I SOLFEIG	Professor: Josep Piñot			
	Grup 1	dilluns	10:00 a 11:00	2 octubre
	Grup 2	dilluns	11:00 a 12:00	2 octubre
APRÈN A LLEGIR LA MÚSICA	Professora: Montserrat Perramon			
	Grup 1	dimarts	17:00 a 18:00	3 octubre
	Grup 2	dijous	17:00 a 18:00	5 octubre
CANÇONS POPULARS	Professora: Montserrat Perramon			
		dijous	18:00 a 19:00	5 octubre
RÍTMICA PER ALS SÈNIORS	Professora: Pilar Pla			
	Grup 1	dilluns	11.00 a 12:00	2 octubre
	Grup 2	dimarts	15:45 a 16:45	3 octubre

DIMECRES CULTURALS / TAULES DE DEBAT

Programació setmanal de conferències
Els dimecres de 17 h. a 19 h.

VIATGES I EXCURSIONS

Excursions culturals mensuals, matinals a l'Auditori de Barcelona, sortides al Palau de la Música i al Teatre Nacional, viatges a la península i a l'estranger, estades d'estiu a la platja...

ACTIVITATS FORMATIVES I CULTURALS

Subvencionades pel Departament de Treball, Afers Socials i Famílies

Quart trimestre del 2017				
NIVELL / GRUP	DIES	HORA	INICI	
CANT CORAL	Professora: Montserrat Perramon			
	dimarts	18:00 a 20:00	3 octubre	
HAVANERES	Professora: Montserrat Perramon			
	dimarts i dijous	15:45 a 17:00	3 octubre	

ACTIVITATS MANUALS I ARTÍSTIQUES

ORGANITZADES PER L'ASSOCIACIÓ VIURE I CONVIURE

(d'octubre 2017 a juny 2018)				
NIVELL / GRUP	DIES	HORA	INICI	
COSTURA	Professora: Gemma Plans			
	dilluns	16:30 a 18:30	2 octubre	
LABOR DE RETALLS (patchwork)	Professor: Elvira Guadalajara i Teresa Miret			
	dimecres	16:00 a 18:00	4 octubre	
LABORS de punt de creu i calats	Professora: Maria Martínez			
Grup 1	dilluns	18:30 a 19:30	2 octubre	
Grup 2	dimecres	17:30 a 18:30	4 octubre	
DIBUIX I PINTURA	Professor: Eduard de Pobes			
Grup 1	dimarts	15:15 a 17:30	3 octubre	
Grup 2	dimarts	17:30 a 19:45	3 octubre	
Grup 3	dijous	15:15 a 17:30	5 octubre	
Grup 4	dijous	17:30 a 19:45	5 octubre	

ACTIVITATS MANUALS I ARTÍSTIQUES

Subvencionades pel Departament de Treball, Afers Socials i Famílies

Quart trimestre del 2017				
NIVELL / GRUP	DIES	HORA	INICI	
MODISTERIA (aprèn a fer patrons)	Professora: Gemma Plans			
	dilluns	10:00 a 11:30	2 octubre	
REFORMA I RECICLATGE DE ROBA	Professora: Gemma Plans			
Grup 1	dilluns	11:30 a 13:00	2 octubre	
Grup 2	dilluns	15:00 a 16:30	2 octubre	

Quart trimestre del 2017

NIVELL / GRUP	DIES	HORA	INICI
MANUALITATS DE PUNT			Professora: Maria Martínez
Grup 1	dilluns	17:00 a 18:30	2 octubre
Grup 2	dimecres	16:00 a 17:30	4 octubre
ARTS APLICADES			Professora: Núria Soler
Grup 1	dilluns	15:15 a 16:45	2 octubre
Grup 2	divendres	10:00 a 11:30	6 octubre
Grup 3	divendres	11:30 a 13:00	6 octubre
DECORACIÓ NADALENCA I PESSEBRÍSTICA			NOU! Professora: Núria Soler
	dilluns	15:15 a 16:45	13 novembre

ACTIVITATS FÍSiques

ORGANITZADES PER L'ASSOCIACIÓ VIURE I CONVIURE

(d'octubre 2017 a juny 2018)

NIVELL/GRUP	DIES	HORA	INICI
TAI - TXÍ			Professora: Cristina Blesa
Inicial	divendres	10:00 a 11:00	6 octubre
Avançat	divendres	11:00 a 12:00	6 octubre
STRECHING POSTURAL			Professora: Núria Serrallonga
Grup 1	dimarts i dijous	11:00 a 11:45	5 desembre
Grup 2	dimarts i dijous	11:45 a 12:30	5 desembre
Grup 3	dimarts i dijous	12:30 a 13:15	5 desembre
BALLS EN LÍNIA			Professora: Núria Serrallonga
Grup 1	divendres	11:00 a 12:00	6 octubre
Grup 2	divendres	12:00 a 13:00	6 octubre
BALLS DE SALÓ			Professora: Maria Carbonell
Grup 1	dilluns	17:00 a 18:00	2 octubre
Grup 2	dilluns	18:00 a 19:00	2 octubre

ACTIVITATS FÍSiques

Subvencionades pel Departament de Treball, Afers Socials i Famílies

Quart trimestre del 2017

NIVELL / GRUP	DIES	HORA	INICI
CORRECCIÓ D'HIGIENE POSTURAL (esquena)			NOU! Professora: Núria Serrallonga
	divendres	10:00 a 11:00	3 novembre

ACTIVITATS FÍSiques

Subvencionades pel Departament de Treball, Afers Socials i Famílies

Quart trimestre del 2017

NIVELL / GRUP	DIES	HORA	INICI
---------------	------	------	-------

IOGA

Professora: Carme Ramells

Grup 1	dilluns i dimecres	10:00 a 11:00	2 octubre
Grup 2	dilluns i dimecres	11:00 a 12:00	2 octubre
Grup 3	dilluns i dimecres	12:00 a 13:00	2 octubre
Grup 4	dimarts i dijous	10:00 a 11:00	3 octubre

GIMNÀSTICA

Professora: Núria Serrallonga

Grup 1	dimarts i dijous	11:00 a 11:45	3 octubre
Grup 2	dimarts i dijous	11:45 a 12:30	3 octubre
Grup 3	dimarts i dijous	12:30 a 13:15	3 octubre

ACTIVITATS DE NOVES TECNOLOGIES

ORGANITZADES PER L'ASSOCIACIÓ VIURE I CONVIURE

FOTOGRAFIA AMB MÒBIL

NOU!

Professora: Dolors Cots

divendres	17:00 a 19:00	Inici: 6 octubre
-----------	---------------	------------------

CURS DE FOTOGRAFIA DIGITAL

NOU!

Professora: Dolors Cots

dijous i divendres	17:00 a 19:00	Inici: 17 novembre
--------------------	---------------	--------------------

INFORMÀTICA D'INICI

Professor: Martí Sellarés

Durada: 24 h.	dimarts i dijous	16:00 a 17:30	Inici: 3 octubre
---------------	------------------	---------------	------------------

Pensat per a conèixer l'ordinador i el seu funcionament des de zero i iniciar-te en el món de les noves tecnologies. Aprenderàs els coneixements bàsics de l'ordinador i a saber-los utilitzar. Adreçat a tota aquella persona que vulgui aprendre informàtica des del principi.

INFORMÀTICA AVANÇADA

Professor: Martí Sellarés

Durada: 24 h.	dilluns i dimecres	11:30 a 13:00	Inici: 2 octubre
---------------	--------------------	---------------	------------------

S'aprofundirà una mica més en la utilització i coneixements de l'ordinador i les seves aplicacions o programes, com ara el Word i l'Excel. Cal tenir coneixements bàsics o haver fet el curs d'inici d'informàtica.

MULTIMÈDIA

Professor: Martí Sellarés

Durada: 24 h.	dilluns i dimecres	10:00 a 11:30	Inici: 2 octubre
---------------	--------------------	---------------	------------------

Aprenderàs a crear presentacions amb fotografies, crear àlbums digitals i edició de vídeo. Cal tenir coneixements informàtics avançats.

TAULETES I MÒBILS

Professor: Martí Sellarés

Durada: 8 h.	divendres	10:00 a 12:00	Inici: 6 octubre
--------------	-----------	---------------	------------------

Aprenderàs el funcionament bàsic dels mòbils i les tauletes, així com les seves aplicacions. Com descarregar-les, instal·lar-les i la seva administració. Aquest taller està adreçat a tothom.

ACTIVITATS DE NOVES TECNOLOGIES

Amb la col·laboració de la Fundació bancària "La Caixa"

CREA I DISSENYA DOCUMENTS DE TEXT

Durada: 20 hores. Els dilluns i dimecres de 17:45 a 19:45 Inici: el 6 de novembre

Aprenderàs a crear i editar un document digital i a descarregar imatges d'Internet i com incorporar-les-hi.

INCORPORA INTERNET AL TEU DIA A DIA

Durada: 16 hores. Els dilluns i dimecres de 17:45 a 19:45. Inici: el 2 d'octubre

Aprenderàs a realitzar tràmits en línia amb seguretat i comunicar-se a distància.

CONNECTA'T A LA XARXA

Durada: 16 hores. Els dimarts i dijous de 10:00 a 12:00. Inici: el 10 doctubre

Dedicat a conèixer i practicar amb les xarxes socials més rellevants i fer-ne un ús responsable.

RETOC FOTOGRÀFIC I PRESENTACIONS DIGITALS

Durada: 20 hores. Els dimarts i dijous de 10:00 a 12:00. Inici: el 14 de novembre.

Aprenderàs a retocar imatges amb Photoshop i a crear i editar una presentació amb imatges.

ACTIVITATS DE SALUT I BENESTAR

Amb la col·laboració de la Fundació bancària "La Caixa"

VIURE COM JO VULL

Els dilluns de 17:30 a 19. Drada: del 2 d'octubre al 18 de desembre.

Es treballarà: les meves motivacions, el control de la meua vida, planificar i gestionar el temps, prendre decisions, pensar en positiu, les meves relacions...

GRANS LECTORS

Els dimarts de 17:30 a 19:30. Durada: del 3 d'octubre al 19 de desembre.

Crear espai de debats i de tertúlia a través de la lectura d'un llibre. Es pretèn fomentar l'hàbit i el plaer de llegir. Afavorir un lloc de trobada i intercanvi d'experiències per a compartir amb el grup.

MENYS DOLOR, MÉS VIDA

Els dijous de 17:30 a 19:30. Durada: del 7 de novembre al 12 de desembre.

Consisteix en un conjunt d'exercicis per mantenir la memòria, a través d'un programa informàtic online.

ALIMENTA EL TEU BENESTAR

Els dijous de 17:30 a 19. Durada: del 5 d'octubre al 30 de novembre.

Conèixer pautes i hàbits per tenir una alimentació saludable i equilibrada que t'ajudi a millorar la salut.

Amb la col·laboració de l'Associació de Familiars de Malalts d'Alzheimer del Bages

MEMÒRIA PER A GENT SANA

Els divendres de 16 a 17:30. Durada: del 6 d'octubre al 22 de desembre

Subvencionades pel Departament de Treball, Afers Socials i Famílies

TALLER D'AUTO MAQUILLATGE

Els dimarts de 17 a 18:30. Del 24 d'octubre al 7 de novembre

NOU!

TALLER D'ESTILISME. De la teua imatge, treu-ne partit!

Els dimarts de 17 a 18:30. Del 28 de novembre al 19 de desembre

NOU!

TALLER DE REFLEXOTERÀPIA

Els dimarts, del 14 al 28 de novembre

NOU!

ACADÈMIA DE SÈNIORS

Els dimecres de 17 h. a 18 h. Del 20 de setembre al 25 d'octubre

Els àmbits formatius que l'integren, distribuïts en 6 sessions formatives, són: Serveis socials, Consells de seguretat per a persones grans, Consum, Salut i alimentació, Seguretat i riscos a la llar, Mesures jurídiques de protecció de les persones.

NOU!