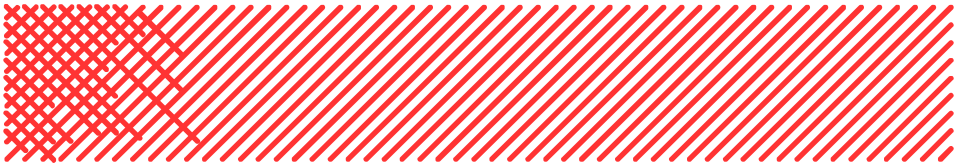


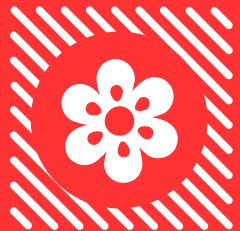


Casal gent gran

Manresa



ABRIL /
JUNY
2021





Casal de gent gran

Manresa

c. Circumval·lació, 60
Manresa

El Casal de Gent Gran **Manresa**, adscrit a la Direcció General d'Acció Cívica i Comunitària del Departament de Treball, Afers Socials i Famílies, es va inaugurar l'any **1983**.

És un espai públic obert a tothom: joves, grans, infants i entitats, on podeu participar en diferents activitats, com tallers, conferències, exposicions, etc., que us permeten relacionar-vos, fomentar les vostres aficions, ampliar coneixements i formar part d'un projecte col·lectiu.

Ofereix un seguit de recursos per reforçar projectes adreçats a la millora de la comunitat, fomentar el desenvolupament integral de la persona, promoure els valors cívics i donar suport al teixit associatiu en el seu compromís amb la societat.

Horari: de dilluns a diumenge, de 10 a 13.30 h i de 15 a 20 h



//////////////////// ACTIVITATS FÍSQUES

loga en línia

Et mantindràs física i mentalment millor.

del 12 d'abril al 9 de juny
dilluns i dimecres, de 10 a 11 h
- grup 1
dilluns i dimecres, d'11.15 a 12.15 h
- grup 2
a càrrec de M^a Àngels Alpàñez
Casal

Pilates en línia

Treballaràs l'equilibri corporal i donaràs estabilitat i força a la teva columna.

del 12 d'abril a l'11 de juny
dilluns, d'11.15 a 12.15 h
- grup 1
divendres, de 10 a 11 h - grup 2
a càrrec de Núria Serrallonga
Casal

Esquena i postura en línia

Per mantenir la columna sana.

del 12 d'abril al 7 de juny
dilluns, de 10 a 11 h
a càrrec de Núria Serrallonga
Casal

Gimnàstica en línia

T'ajudarà a mantenir-te en forma i millorar el teu estat físic. Guanyaràs en qualitat de vida.

del 13 d'abril al 10 de juny
dimarts i dijous, de 10 a 11 h
- grup 1
dimarts i dijous, d'11.15 a
12.15 h - grup 2
a càrrec de Núria Serrallonga
Casal

Meditació i relaxació en línia

del 13 d'abril al 8 de juny
dimarts, de 10 a 11 h
a càrrec de M^a Àngels Alpàñez
Casal



////////////////////
**ARTS ESCÈNIQUES I
MUSICALS**

Ball en línia - en línia

del 16 d'abril a l'11 de juny
divendres, d'11.15 a 12.15 h
a càrrec de Núria Serrallonga
Casal

Cant coral en línia

del 13 d'abril al 10 de juny
dimarts i dijous, de 17.30 a 19h
a càrrec de Montserrat Perramon
Casal

Havaneres en línia

del 13 d'abril al 27 de maig
dimarts, de 16.15 a 17.15 h
- grup 1
dijous, de 16.15 a 17.15 h-grup 2
a càrrec de Montserrat Perramon
Casal

Aprèn a llegir la música en línia

*Coneixeràs les notes musicals
i els seus valors*

del 12 d'abril al 7 de juny
dilluns, de 16 a 17 h - grup 1
dilluns, de 17 a 18 h - grup 2
a càrrec de Montserrat Perramon
Casal

**Cantem cançons amb
la guitarra - en línia**

del 15 d'abril al 3 de juny
dijous, de 10 a 11 h - grup 1
dijous, d'11.15 a 12.15 h - grup 2
a càrrec d'Alex Casanovas
Casal



////////////////////
**ACTIVITATS MANUALS I
ARTÍSTIQUES**

Arts aplicades en línia

Aprenderàs arts decoratives.

del 15 d'abril al 27 de juny

dijous, de 10 a 11:30 h

a càrrec de Sióncapsada

Casal

Dibuix i pintura en línia

del 13 d'abril al 3 de juny

dimarts, de 17 a 18.30 h

- grup 1

dijous, de 17.15 a 18.45 h –

grup 2

a càrrec d'Eduard de Pobes

Casal



////////////////////
**INSCRIPCIONS I
INFORMACIÓ**

del 22 al 24 de març. Podeu fer la vostra preinscripció telefònicament de 10 a 13 h al **938 74 19 55**, per whatsapp app, al **677 27 08 41** o per correu electrònic a l'adreça **cgg.manresa@gencat.cat**.

Les activitats organitzades pel Casal (Direcció General d'Acció Cívica i Comunitària) són gratuïtes. **El material necessari va a càrrec de les persones inscrites.** Les places a les activitats són limitades i s'adjudiquen per número assignat. La realització d'una activitat està condicionada a la inscripció d'un nombre mínim de persones. Tres faltes d'assistència sense justificació prèvia impliquen la pèrdua de la plaça.

Les activitats organitzades per les entitats són responsabilitat d'aquestes, així com els requisits per accedir-hi.



IMPORTANT!

Informació COVID19:

- Programació adaptada a les mesures Covid19.
- El desenvolupament de les activitats queda sotmesa a la normativa sanitària vigent i podria ser alterada/modificada.
- Aquesta programació presenta, de forma excepcional, únicament activitats en línia, és a dir, que només es realitzin de telemàticament, però de forma interactiva, a excepció del Programa Jugar i Descobrir i les activitats infantils que es realitzen en modalitat presencial i el Programa Joves que podrà alternar les dues modalitats en funció del què estableixi l'equipament i/o de les mesures sanitàries vigents.
- Per participar en una activitat, cal disposar de tauleta digital, mòbil o ordinador d'algun tipus i connexió a Internet.
- Respecteu les indicacions que des del Casal es puguin donar.

Més informació a:

012
gencat.cat
Cost de la trucada: segons operadora.



Generalitat de Catalunya
**Departament de Treball, Afers Socials
i Famílies**