

Ajuntament de Castellar del Vallès

Totes les activitats tindran lloc al Casal Catalunya.
Totes les activitats tindran lloc al Casal Catalunya.

Activitats per a gent gran curs 2014-2015

Del 16 de setembre al 3 d'octubre de 2014

Inscripcions obertes del 16 de setembre al 3 d'octubre:

Regidoria de Gent Gran (Portugal, 2C - tel. 93 714 40 40), de dl. a dv. de 9 a 14 h

Casal Catalunya (Prat de la Riba, 17 - tel. 93 715 89 98), de dl. a dv. de 10 a 13 h i de 15 a 19 h

TALLERS DE BENESTAR

Entrenament de la memòria

1r nivell: dijous d' 11.30 a 12.30 h

2n nivell: dimecres de 15.30 a 16.30 hores

Preu: 15 € curs/trimestre

Compartim

Dinamitzem emocions i experiències

Dijous de 10 a 11.30 h o de 15.30 a 17 h

Preu: 15 € curs/trimestre

Grans lectors

Espai de debat amb lectura conduïda

12 hores

Dilluns de 10 a 11 h o de 16 a 17 h

Menys dolor més vida

Promou la millora de la salut

10 hores

Dimecres de 10.30 a 12.30 h

Activa't

Estimulem l'envelliment actiu

10 hores

Dijous de 10.30 a 12.30 h o de 15.30 a 17.30 h

IDIOMES

Anglès per viatjar

Nivell avançat: dimecres de 10 a 11 h

Nivell inicial: dimecres d'11.15 a 12.15 h

Preu: 80 € curs/d'octubre a juny

INFORMÀTICA

Iniciació

Dimarts de 10.30 a 12.30 h

Internet

Projectes digitals

Dijous d'11 a 12.30 h

Word*

Dilluns, dimecres i divendres de 17 a 18.30 h

Excel*

Dilluns d'11 a 12.30 h

Powerpoint*

Dimarts d'11 a 12.30 h

Pinacle*

Dijous de 17 a 18.30 h

Photoshop*

Dimecres de 10.30 a 12 h

MANUALITATS

Pintura a l'oli*

Dimarts de 10 a 12 h o de 15.30 a 18.30 h

Dibuix*

Dijous de 17 a 19 h

Puntes al coixí*

Dilluns de 10 a 12 h o de 17 a 19 h

Modisteria*

Dimarts de 17 a 19 h

Cosir de blanc*

Dimecres de 10 a 12 h

Punt de mitja i ganxet*

Dimecres de 17 a 19 h

Pintar roba*

Dijous de 10 a 12 h

ACTIVITATS FÍSiques

Gimnàs i recuperació funcional

Matí: dimarts i/o dijous de 10 a 11.30 h o d'11.30 a 13 h

Tarda: dimarts i/o dijous de 15.30 a 17 h o de 17 a 18.30 h

1 dia/setmana 9€ - 2 dies/setmana 18€

Pilates

Matí: dimecres de 10 a 11 h o d'11.15 a 12.15 h

Tarda: dilluns i/o dimecres de 15.30 a 16.30 h o de 16.30 a 17.30 h

1 dia/setmana 6€ - 2 dies/setmana 12€

Sardanes

Nivell 1: dimarts de 15 a 17 h

Nivell 2: dimecres de 15 a 17 h

Sevillanes

Nivell 1: dilluns de 15 a 17 h i/o divendres de 15 a 17 h

Nivell 2: dimecres de 15 a 17 h

Ball

Dimecres de 17 a 19 h i/o diumenge de 17 a 19 h

ACTIVITATS CULTURALS I LÚDIQUES*

Grup de cant*

Dimarts de 17 a 18 h

Teatre*

Dilluns i dijous de 18 a 20 h

Bridge*

Dimarts de 17 a 19 h, dijous de 16 a 19 h i divendres de 10.30 a 12 h

OBSERVACIONS

Les activitats marcades amb asterisc (*) són organitzades per l'Associació de Jubilats i Pensionistes. Per poder-hi participar cal ser soci de l'entitat i efectuar un pagament de 15 €/any per a totes les activitats. Cal dur el carnet de soci per a fer la inscripció.

La resta d'activitats tenen durada d'octubre a juny i són gratuïtes, excepte les indicades.

Totes les activitats tindran lloc al Casal Catalunya.

Organització: Ajuntament de Castellar i Associació de Jubilats i Pensionistes, amb la col·laboració de la Fundació Caixa d'Estalvis i Pensions

- [Regidoria de Gent Gran](#)
C. de Portugal, 2B. Espai Tolrà

Ajuntament de Castellar del Vallès · Passeig Tolrà, 1 | 08211 Castellar del Vallès |
Tel. 93 714 40 40