



CURSOS I TALLERS

PROGRAMACIÓ

PRIMER TRIMESTRE DEL CURS 2020-2021

(del 28 de setembre al 18 de desembre)

INFORMACIÓ IMPORTANT

Per motius de seguretat derivats de la situació generada per la COVID-19, totes les activitats d'aquest programa seran **trimestrals** i tindran **una hora** de duració.

Pots inscriure't a un màxim de 2 activitats (cada una d'un grup diferent).

La inscripció a la llista d'espera d'una activitat comptabilitzarà com una inscripció.

Per a cada un dels 7 grups d'activitats trobaràs informació sobre: activitat, professorat, dia (Dl = Dilluns / Dt = Dimarts / Dc = Dimecres / Dj = Dijous / Dv = Divendres), hora, aula i altres.

A la columna **ALTRES** veuràs si l'activitat té alguna especificació:

P Activitat de pagament

Q Quinzenal

M Mensual

CP L'activitat requereix tenir coneixements previs, haver cursat el nivell anterior o fer una prova d'accés.

ME L'activitat requereix portar material específic.

AO Activitat oberta al públic general (no només a persones usuàries dels Espais de Gent Gran).

Totes les persones que s'inscriguin a una activitat hauran de **portar el seu propi material** per poder-la realitzar (màrfega, llibreta, bolígraf...). En cap cas es podrà compartir material.

Dues faltes d'assistència seran causa de **baixa al curs**.

Per a més informació sobre les activitats, pots consultar la **Guia de Continguts**, disponible a la pàgina web dels Espais de Gent Gran: <https://www.gentgraneixample.cat/>



GRUP 1. ACTIVITATS FÍSQUES I MUSICALS

ACTIVATAT	PROFESSOR/A	DIA	HORA	AULA	ALTRES
loga Inicial 1	Eva Garcia	Dl i dc	09:30 - 10:30	Gimnàs	P / ME*
loga Inicial 2	Per determinar	Dl i dc	17:00 - 18:00	Gimnàs	P / ME*
loga A	Eva Garcia	Dl i dc	10:45 - 11:45	Gimnàs	P / ME*
loga B	Eva Garcia	Dl i dc	12:00 - 13:00	Gimnàs	P / ME*

Activa't amb ritme A	Isabel Abadal	Dt i dv	09:30 - 10:30	Gimnàs	P / ME*
Activa't amb ritme M	Isabel Abadal	Dt i dv	12:00 - 13:00	Gimnàs	P / ME*
Estiraments i tonificació 1	Isabel Abadal	Dt i dv	10:45 - 11:45	Gimnàs	P / ME*
Estiraments i tonificació 2	Per determinar	Dll i dc	18:15 - 19:15	Gimnàs	P / ME*
Balls en línia A	José Luis Álvarez	Dj	16:45 - 17:45	Gimnàs	
Balls en línia B	M ^a Teresa Rami	Dv	17:45 - 18:45	Gimnàs	
Sardanes en línia	Maria Sallés	Dj	12:00 - 13:00	Gimnàs	
Txi-Kung i Tai-Xi	Pilar Margelí	Dv	16:30 - 17:30	Gimnàs	
Taller de Sevillanes	M ^a Ángeles Domínguez	Dj	18:15 - 19:15	Gimnàs	

* S'haurà de portar **màrfega pròpia** i venir amb **roba d'esport** des de casa (no hi haurà vestidor).

* Un cop tramitada la inscripció, la realització del **pagament** es farà amb **cita prèvia**.

* El pagament s'efectuarà únicament amb **targeta bancària**.

* Per aplicar el **descompte** corresponent s'haurà de presentar la **Targeta Rosa**.

* Les **devolucions** només es tramitaran durant la setmana posterior a l'inici de l'activitat (2 sessions).



GRUP 2. SALUT I BENESTAR

ACTIVITAT	PROFESSOR/A	DIA	HORA	AULA	ALTRES
Coneix-te a tu mateix/a	Glòria Pila	Dt	11:00 - 12:00	Polivalent	
Psicologia Positiva: Qui sóc i com són els altres?	Josep M ^a Huguet	Dj	10:15 - 11:15	Polivalent	
Grup de Solidaritat	Margarita Botella	Dt	16:45 - 17:45	Polivalent	
Equilibri Cos - Ment	Neus Parera	Dll	10:15 - 11:15	Aula 1	ME
Taller "Emocions positives" (2 octubre - 30 octubre)	Pilar Cases	Dv	11:30 - 12:30	Polivalent	AO
Taller "Acompanyament al dol" (6 novembre - 4 desembre)	Pilar Cases	Dv	11:30 - 12:30	Polivalent	AO
Taller de Musicoteràpia (26 octubre - 30 novembre)	Creu Roja	Dll	17:30 - 18:30	Polivalent	AO



GRUP 3. TECNOLOGIES DE LA INFORMACIÓ I LA COMUNICACIÓ

ACTIVITAT	PROFESSOR/A	DIA	HORA	AULA	ALTRES
Aprofitar Internet A	Antoni Maria Badia	Dt	17:15 - 18:15	Aula 3	CP
Aprofitar Internet B	Antoni Maria Badia	Dj	12:00 - 13:00	Aula 3	CP
Smartphones 1	Domingo Martín	Dc	11:00 - 12:00	Aula 3	ME
Smartphones 2	Domingo Martín	Dc	18:15 - 19:15	Aula 3	ME
Informàtica Nivell 1	Domingo Martín	Dj	10:30 - 11:30	Aula 3	ME

Informàtica Avançada	Domingo Martín	Dt	10:30 - 11:30	Aula 3	CP / ME
Inici Internet	Isabel Porta	Dv	09:45 - 10:45	Aula 3	CP
Iniciació a Informàtica: Correu electrònic	José Antonio Amador	DII	09:45 - 10:45	Aula 3	ME
Mòbils i tauletes	Manel Pagès	DII	17:15 - 18:15	Aula 3	ME



GRUP 4. EXPRESSIÓ ARTÍSTICA

ACTIVITAT	PROFESSOR/A	DIA	HORA	AULA	ALTRES
Dibuix i pintura 1	Alfred Estalella	Dt	10:00 - 11:00	Aula 1	ME
Dibuix i pintura 2	Alfred Estalella	Dc	16:45 - 17:45	Aula 1	ME
Pintura avançada 1	Alfred Estalella	Dt	11:15 - 12:15	Aula 1	ME
Pintura avançada 2	Alfred Estalella	Dc	18:00 - 19:00	Aula 1	ME
Art floral (4 sessions) (23 novembre - 14 desembre)	Carme Gual	DII	10:00 - 11:00	Polivalent	
Dibuix natural i pintura	José Luis Frutos	Dv	11:30 - 12:30	Aula 1	ME
Manualitats	M ^a Antònia Marqués	Dj	10:30 - 11:30	Aula 1	ME
Pintura sobre roba i fusta	Montserrat Herran	Dt	18:15 - 19:15	Aula 1	ME
Taller de felicitacions	Trudie Ann Blake	Dc	11:15 - 12:15	Aula 1	



GRUP 5. HABILITATS I CONEIXEMENTS

ACTIVITAT	PROFESSOR/A	DIA	HORA	AULA	ALTRES
La fotografia	Carles Bolea	Dc	10:15 - 11:15	Polivalent	ME
Història de l'Òpera	Domingo Martín	Dt	11:45 - 12:45	Aula 3	
Taller de Haikus i més	Joan Constans	Dc	11:30 - 12:30	Polivalent	Q
Racó de poesia	Joan Constans	Dt	09:45 - 10:45	Polivalent	
Taller Bridge - Nivell 1 (On-line)	Jordi Miquel i M ^a Teresa Oto	Dt	10:00 - 11:30	On-line	CP
Taller Bridge - Nivell 2 (On-line)	Jordi Miquel i M ^a Teresa Oto	Dt	12:00 - 13:15	On-line	CP
Taller Bridge - Nivell 3 (teòric)	Josep Terol	DII	11:15 - 12:15	Polivalent	CP
Modelisme naval	Rafael Guien	Dv	16:45 - 17:45	Aula 1	ME
Patchwork	Assumpció Balta	Dc	17:45 - 18:45	Polivalent	ME
Costura - Xarxa d'àvies	Margarita Adam	Dt	17:00 - 18:00	Aula 1	ME
Costura - Punt de creu	M ^a Teresa Gurrea	Dv	09:45 - 10:45	Polivalent	ME
Puntes de coixí i brodat	Pilar Ortiz	Dc	16:30 - 17:30	Polivalent	ME
Audicions musicals actives	M ^a Àngels Marengo	Dj	17:45 - 18:45	Polivalent	ME
Solfeig	Sergi Cortés	Dv	10:15 - 11:15	Aula 1	

Xerrades de cuina	Teresa Naudi	Dj	17:00 - 18:00	Aula 3	M
Pintores en el món occidental (On-line)	Isabel Porta	Dc	11:00 - 12:00	On-line	

GRUP 6. IDIOMES

ACTIVITAT	PROFESSOR/A	DIA	HORA	AULA	ALTRES
Alemanys pràctic	Anna Perelló	Dj	11:45 - 12:45	Aula 1	CP
Conversa en anglès	Domingo Martín i Montserrat Igual	Dj	11:45 - 12:45	Polivalent	CP
Italià A	Giuseppe Franzì	Dj	17:00 - 18:00	Aula C	
Italià B	Giuseppe Franzì	Dj	18:15 - 19:15	Aula C	CP
Italià pràctic	M ^a Àngels Marengo	Dj	16:30 - 17:30	Polivalent	
Català	Mercè Pàmies	Dc	18:15 - 19:15	Aula C	
Francès Inicial	Rosa Foix	Dt	16:30 - 17:30	Sala d'actes	CP
Francès Avançat	Rosa Foix	Dt	17:45 - 18:45	Sala d'actes	CP
Conversa en anglès	Xavier Sanllehí	DII	11:30 - 12:30	Aula 1	CP
Anglès (On-line)	Marta Sainz	DII	16:45 - 17:45	On-line	
Conversa en anglès (On-line)	Marta Sainz	DII	18:00 - 19:00	On-line	CP
Conversa en francès (On-line)	Marta Sainz	Dc	17:00 - 18:00	On-line	CP



GRUP 7. ESTIMULACIÓ COGNITIVA

ACTIVITAT	PROFESSOR/A	DIA	HORA	AULA	ALTRES
Gimnàstica Mental Inici A	Mercè Monteys	Dj	16:45 - 17:45	Aula 1	
Gimnàstica Mental Inici B	Mercè Monteys	Dj	18:00 - 19:00	Aula 1	
Gimnàstica Mental 1	Montserrat Herrera	DII	16:45 - 17:45	Aula 1	
Gimnàstica Mental 2	Montserrat Herrera	DII	18:00 - 19:00	Aula 1	CP
Taller de l'enginy	Carlos Ibáñez	Dt	18:00 - 19:00	Polivalent	

Qualsevol informació continguda en aquest document podrà ser modificada depenent de les condicions establertes per les autoritats competents en cada moment.