



ACTIVA'T AMB RITME A

Professor(s): **ABADAL, ISABEL**

Dimarts Divendres 09:30-10:30h

Periodicitat: **TRIMESTRAL - P**

ACTIVA'T AMB RITME B

Professor(s): **ABADAL, ISABEL**

Dimarts Divendres 12:00-13:00h

Periodicitat: **TRIMESTRAL - P**

ALEMANY PRÀCTIC

Professor(s): **PERELLO OLIVE, ANNA**

Dijous 11:45-12:45h

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

ANGLÈS (ON-LINE)

Professor(s): **SAINZ CROS, MARTA**

Dilluns 16:45-17:45h

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

L'objectiu és ampliar els coneixements d'anglès, aplicant el coneixement de la teoria a la conversa. Durant el curs s'estudiarà la gramàtica i la sintaxi aplicant els coneixements directament a la pràctica i a la conversa.

Cal tenir coneixements bàsics d'anglès.

Curs ON-LINE: Cal disposar d'ordinador o telèfon amb càmera, micròfon i connexió a Internet.

APROFITAR INTERNET A

Professor(s): **BADIA OLLE, ANTONI MARIA**

Dimarts 17:15-18:15h

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

S'ha de realitzar una prova d'accés el primer dia de classe. Per a superar-la, cal obtenir una puntuació de 8 sobre 14.

APROFITAR INTERNET B

Professor(s): **BADIA OLLE, ANTONI MARIA**

Dimarts 12:00-13:00h

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

S'ha de realitzar una prova d'accés el primer dia de classe. Per a superar-la, cal obtenir una puntuació de 8 sobre 14.

ART FLORAL (4 SESSIONS)

Professor(s): **GUAL SERRA, CARME**

Dilluns 10:00-11:00h

Periodicitat: **4 SESSIONS**

És a la tardor i a l'hivern que preparem les formacions florals a les nostres cases, i a la primavera, quan tot torna a començar, és quan aflora la nova naturalesa i broten les poncelles i les flors.

Aprofitarem aquestes dates i èpoques de l'any per fer tota mena de centres florals.

Totes aquestes composicions florals les treballarem amb tècniques de l'enfilferat i siliconat. Les eines que farem servir són tisores, ganivets i tenalles.

AUDICIONS MUSICALS ACTIVES

Professor(s): **MARENGO VIDAL, MARIA ANGELS**

Dijous 17:45-18:45h

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

L'objectiu és aprofundir en el coneixement de la música i ajudar a conèixer com és la música, interiorment, per tal de convertir el fet de sentir música en el fet d'escoltar-la d'una manera participativa i així poder-ne gaudir encara més.

BALLS EN LÍNIA BProfessor(s): **RAMI NOGUERO, MARIA TERESA**

Divendres 17:45-18:45h

Periodicitat: **TRIMESTRAL****BALLS EN LÍNIA A**Professor(s): **ALVAREZ GUTIERREZ, JOSE LUIS**

Dijous 16:45-17:45h

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

L'objectiu és aprendre a ballar els passos bàsics dels balls més comuns: bolero, merengue, salsa, rock, vals, cha cha cha, etc.

Aprendrem passos i figures pròpies de cada ball de forma guiada i coreografies per a cada tipus de ball.

CATALÀProfessor(s): **PAMIES BARBANY, MARIA MERCE**

Dimecres 18:15-19:15h

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

Aprofundir en el coneixement del català, mitjançant la conversa.

Treballarem per polir i ampliar el nostre vocabulari català, mitjançant la conversa.

Farem un cop d'ull a les paraules manllevades, adaptades i adoptades al català.

Repasarem la gramàtica i l'ortografia catalana, mitjançant dictats.

CONEIX-TE A TU MATEIX/AProfessor(s): **PILA TOLEDO, GLORIA**

11:00-12:00h

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

Una oportunitat per saber qui ets a partir de la paraula, el pensament i les teves emocions. Compartint amb els altres i obrint la ment.

CONVERSA EN ANGLÈSProfessor(s): **SANLLEHI ALONSO, XAVIER**

Dilluns 11:30-12:30h

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

Millorar l'anglès a través de la conversa.

Cal tenir un nivell mig-alt d'anglès.

CONVERSA EN ANGLÈSProfessor(s): **IGUAL MISSE, MONTSERRAT | MARTIN DE LA VEGA FERNANDEZ,**

Dijous 11:45-12:45h

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

L'objectiu és millorar la fonètica anglesa i aprendre les construccions més utilitzades.

Es seguirà la dramatització de la BBC per a millorar l'anglès de la novel·la "La Posada de Jamaica" que es donarà a l'alumnat en fotocòpia es seguirà a classe.

Un cop al mes es conversarà amb Montserrat Igual sobre un tema important.

Es requereix la realització d'una prova prèvia escrita que hauran de realitzar el primer dia totes les persones sol·licitants, incloses les de la llista d'espera, per a seleccionar les persones que participaran al curs.

CONVERSA EN ANGLÈS (ON-LINE)Professor(s): **SAINZ CROS, MARTA**

Dilluns 18:00-19:00h

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

L'objectiu és arribar a mantenir una conversa en anglès i comprendre la sintaxi per a millorar el nivell. Es treballarà conversant sobre un tema suggerit amb la participació de tots els i les alumnes. Es corregiran i aclariran dubtes.

Cal tenir coneixements bàsics d'anglès.

Curs ON-LINE: Cal disposar d'ordinador o telèfon amb càmera, micròfon i connexió a Internet.



CONVERSA EN FRANCÈS (ON-LINE)

Dimecres 17:00-18:00h

Professor(s): **SAINZ CROS, MARTA**

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

L'objectiu és millorar el nivell de francès parlat i arribar a poder mantenir una conversa. Comprendre el perquè dels girs gramaticals, endinsant-nos en la sintaxi. Es treballarà a través de la lectura i la traducció de textos i la conversa a partir d'un tema suggerit, amb la participació de tots els i les alumnes, posant atenció a la pronunciació. Es realitzaran classes teòriques per treballar la gramàtica i la sintaxi amb l'objectiu d'aclarir dubtes per aconseguir un bon nivell de francès parlat.

Cal tenir coneixements bàsics de francès.

Curs ON-LINE: Cal disposar d'ordinador o telèfon amb càmera, micròfon i connexió a Internet.

COSTURA - PUNT DE CREU

Divendres 09:45-10:45h

Professor(s): **GURREA LASHERAS, MARIA TERESA**

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

COSTURA - XARXA D'ÀVIES

Dimarts 17:00-18:00h

Professor(s): **ADAM COMPANY, MARGARITA**

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

DIBUIX I PINTURA 1

Dimarts 10:00-11:00h

Professor(s): **ESTALELLA MARTORELL, ALFRED**

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

L'objectiu és iniciar-se en el dibuix i la pintura.

Fer servir el pinzell, l'espàtula, la llum, el cromatisme... Aprendre a representar les formes bàsiques i aprendre les tècniques elementals.

Material específic: paper, llapis, carbonets, teles, pintures a l'oli i acríliques.

DIBUIX I PINTURA 2

Dimecres 16:45-17:45h

Professor(s): **ESTALELLA MARTORELL, ALFRED**

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

L'objectiu és iniciar-se en el dibuix i la pintura.

Fer servir el pinzell, l'espàtula, la llum, el cromatisme... Aprendre a representar les formes bàsiques i aprendre les tècniques elementals.

Material específic: paper, llapis, carbonets, teles, pintures a l'oli i acríliques.

DIBUIX NATURAL I PINTURA

Divendres 11:30-12:30h

Professor(s): **FRUTOS ROJAS, JOSE LUIS**

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

Requereix material específic.

EL MÓN DE L'ÒPERA

Dimarts 11:45-12:45h

Professor(s): **MARTIN DE LA VEGA FERNANDEZ, DOMINGO**

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

Conèixer les grans àries i cantants d'òpera

Es donaran a conèixer les grans àries interpretades gravades pels millors cantants d'òpera i es projectaran dues òperes completes dels autors més representatius.

EQUILIBRI COS - MENTProfessor(s): **PARERA MATEU, MARIA NIEVES**

Dilluns 10:15-11:15h

Periodicitat: **TRIMESTRAL****ESTIRAMENTS I TONIFICACIÓ 1**Professor(s): **ABADAL, ISABEL**

Dimarts Divendres 10:45-11:45h

Periodicitat: **TRIMESTRAL - P****ESTIRAMENTS I TONIFICACIÓ 2**

Professor(s):

Dilluns Dimecres 18:15-19:15h

Periodicitat: **TRIMESTRAL - P****FRANCÈS AVANÇAT**Professor(s): **FOIX TARRE, ROSA MARIA**

Dimarts 17:45-18:45h

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

Aprofundir en l'aprenentatge de l'idioma.

Es treballarà la millora i la correcció de la pronunciació i el vocabulari mitjançant lectures de llibres, articles de revistes i la conversa respecte la lectura feta.

Cal tenir un nivell alt de francès.

FRANCÈS INICIALProfessor(s): **FOIX TARRE, ROSA MARIA**

Dimarts 16:30-17:30h

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

Millorar en l'aprenentatge de l'idioma.

Es treballarà el francès a través de la gramàtica, el vocabulari, la redacció i l'audició.

Cal tenir un nivell mig de francès.

GIMNÀSTICA MENTAL - INICI AProfessor(s): **MONTEYS BAYON, MERCE**

Dijous 16:45-17:45h

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

L'objectiu és estimular les capacitats mentals, la creativitat, la concentració, l'aprenentatge i l'autoestima.

Mitjançant càlcul matemàtic, laberints, buscar les diferències, sopes de lletres, dites, refranys i un llarg etcètera d'exercicis i activitats ajudarem a mantenir en forma la memòria.

GIMNÀSTICA MENTAL - INICI BProfessor(s): **MONTEYS BAYON, MERCE**

Dijous 18:00-19:00h

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

L'objectiu és estimular les capacitats mentals, la creativitat, la concentració, l'aprenentatge i l'autoestima.

Mitjançant càlcul matemàtic, laberints, buscar les diferències, sopes de lletres, dites, refranys i un llarg etcètera d'exercicis i activitats ajudarem a mantenir en forma la memòria.

GIMNÀSTICA MENTAL 1Professor(s): **HERRERA BAYON, MARIA MONTSERRAT**

Dilluns 16:45-17:45h

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

L'objectiu és estimular les capacitats mentals, la creativitat, la concentració, l'aprenentatge i l'autoestima.

Mitjançant càlcul matemàtic, laberints, buscar les diferències, sopes de lletres, dites, refranys i un llarg etcètera d'exercicis i activitats ajudarem a mantenir en forma la memòria.

Material específic: Carpeta tipus foli DIN A4 amb dues anelles, llapis, goma i llapis de colors bàsics.



GIMNÀSTICA MENTAL 2

Dilluns 18:00-19:00h

Professor(s): **HERRERA BAYON, MARIA MONTSERRAT**

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

L'objectiu és estimular les capacitats mentals, la creativitat, la concentració, l'aprenentatge i l'autoestima. Mitjançant càlcul matemàtic, laberints, buscar les diferències, sopes de lletres, dites, refranys i un llarg etcètera d'exercicis i activitats ajudarem a mantenir en forma la memòria.

Per accedir a Gimnàstica Mental 2 es necessita haver cursat Gimnàstica Mental 1.

Material específic: Carpeta tipus foli DIN A4 amb dues anelles, llapis, goma i llapis de colors bàsics.

GRUP DE SOLIDARITAT

Dimarts 16:45-17:45h

Professor(s): **BOTELLA GABARDA, MARGARITA**

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

INFORMÀTICA AVANÇADA

Dimarts 10:30-11:30h

Professor(s): **MARTIN DE LA VEGA FERNANDEZ, DOMINGO**

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

Conèixer l'Ofimàtica (Word, Excel, PowerPoint), avançar en l'ús del correu electrònic i iniciar-se en les videotrucades.

S'aprendran els tres programes ofimàtics a través d'escrits, fulls de càlcul (amb les despeses de casa) i presentacions familiars. També s'aprofundirà en l'ús del correu electrònic i s'introduiran les videotrucades.

Per inscriure's s'ha d'haver realitzat el curs d'Informàtica Nivell 1.

Es requereix disposar d'un llapis de memòria de 8GB per endur-se els treballs a casa.

INFORMÀTICA NIVELL 1

Dijous 10:30-11:30h

Professor(s): **MARTIN DE LA VEGA FERNANDEZ, DOMINGO**

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

Conèixer el fonamental de la Informàtica, Internet i el correu electrònic.

S'aprendran les bases de la informàtica (ordinador, teclat, ratolí...) i d'Internet, creant un compte de correu electrònic gratuït per a cada persona.

Es requereix disposar d'un llapis de memòria de 8GB per endur-se els treballs a casa.

INICI INTERNET

Divendres 09:45-10:45h

Professor(s): **PORTA TORNE, MARIA ISABEL**

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

Assolir les habilitats i procediments bàsics en la navegació per la xarxa.

Aprendre a fer servir el correu electrònic.

Temari:

- Coneixement del maquinari, connectivitat. - Què és Internet? - Diferències entre la xarxa i la web. - Com ens connectem a Internet. - Navegadors. Configuracions. - Correu electrònic. - Baixar i pujar arxius. - Webs interessants. - Videoconferències per Skype, Facetime, Jitsi, Zoom, etc.

Cal conèixer el funcionament bàsic d'un ordinador, el ratolí i el teclat.



INICIACIÓ A LA INFORMÀTICA: CORREU ELECTRÒNIC

Dilluns 09:45-10:45h

Professor(s): **AMADOR PIÑA, JOSE ANTONIO**

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

Familiaritzar-se amb l'ús de l'ordinador, aprendre a navegar per Internet i crear i saber utilitzar el correu electrònic.

Es treballaran: les parts de l'ordinador -perifèrics i connexions-; el maneig del ratolí i el teclat.; la gestió de carpetes i la creació de documents; la navegació per Internet i la creació i l'ús del correu electrònic.

Cal disposar d'ordinador i de connexió a Internet a casa per a poder practicar entre classe i classe.

IOGA A

Dilluns Dimecres 10:45-11:45h

Professor(s): **GARCIA, EVA**

Periodicitat: **TRIMESTRAL - P**

Treball de cos i ment mitjançant postures anomenades asanes adequades al grup. Es busca l'equilibri i la concentració en els exercicis donant molta importància a la respiració i a la relaxació. Sessions multinivell.

IOGA B

Dilluns Dimecres 12:00-13:00h

Professor(s): **GARCIA, EVA**

Periodicitat: **TRIMESTRAL - P**

Treball de cos i ment mitjançant postures anomenades asanes adequades al grup. Es busca l'equilibri i la concentració en els exercicis donant molta importància a la respiració i a la relaxació. Sessions multinivell.

IOGA INICIAL 1

Dilluns Dimecres 09:30-10:30h

Professor(s): **GARCIA, EVA**

Periodicitat: **TRIMESTRAL - P**

Treball de cos i ment mitjançant postures anomenades asanes adequades al grup. Es busca l'equilibri i la concentració en els exercicis donant molta importància a la respiració i a la relaxació. Sessions multinivell.

IOGA INICIAL 2

Dilluns Dimecres 17:00-18:00h

Professor(s):

Periodicitat: **TRIMESTRAL - P**

Treball de cos i ment mitjançant postures anomenades asanes adequades al grup. Es busca l'equilibri i la concentració en els exercicis donant molta importància a la respiració i a la relaxació. Sessions multinivell.

ITALIÀ A

Dijous 17:00-18:00h

Professor(s): **FRANZI, GIUSEPPE**

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

Aprendre les nocions gramaticals i de pronunciació bàsiques de l'italià per poder llegir i escriure petits textos i mantenir converses curtes.

El treball es realitzarà a través d'exercicis, lectures, dictats i suport audiovisual.

ITALIÀ B

Dijous 18:15-19:15h

Professor(s): **FRANZI, GIUSEPPE**

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

Ampliar els coneixements de gramàtica i de pronunciació i poder conversar i debatre en italià amb més desimboltura.

El treball es realitzarà a través d'exercicis, lectures, dictats i suport audiovisual.

Cal tenir coneixements d'italià.

ITALIÀ PRÀCTIC

Dijous 16:30-17:30h

Professor(s): **MARENGO VIDAL, MARIA ANGELS**Periodicitat: **TRIMESTRAL**

Adquirir un coneixement bàsic de la llengua que permeti resoldre situacions a nivell turístic.
Es farà un treball bàsicament oral amb suport visual i auditiu per adquirir competències elementals de la llengua.

LA FOTOGRAFIA

Dimecres 10:15-11:15h

Professor(s): **BOLEA MARTI, CARLES**Periodicitat: **TRIMESTRAL**

L'objectiu és conèixer la nostra càmera i aprendre a fer-ne ús.
Aprendrem què és la fotografia i quina és la seva utilitat, com podem fer una bona fotografia i explorarem com funciona la nostra càmera i quines són les seves parts: el cos, l'objectiu i els accessoris.
Es necessita una càmera de fotografia -compacta o Reflex-. No s'acceptaran mòbils.

MANUALITATS

Dijous 10:30-11:30h

Professor(s): **MARQUES COLL, M. ANTONIA**Periodicitat: **TRIMESTRAL**

Requereix material específic.

MÒBILS I TAULETES

Dilluns 17:15-18:15h

Professor(s): **PAGES BUISAN, MANEL**Periodicitat: **TRIMESTRAL**

L'objectiu del curs és perdre la por al mòbil, aprendre com posar-lo a punt mitjançant els ajustaments i familiaritzar-se amb les aplicacions més freqüents: WhatsApp, calendari, rellotge, Maps, correu electrònic...
A cada classe es farà una xerrada de caràcter general sobre aspectes del mòbil, s'explicarà el funcionament d'alguna aplicació i es resoldran problemes personals.
Es requereix portar telèfon mòbil.

MODELISME NAVAL

Divendres 16:45-17:45h

Professor(s): **GUIEN MONTES, RAFAEL**Periodicitat: **TRIMESTRAL****PATCHWORK**

Dimecres 17:45-18:45h

Professor(s): **BALTA VALLES, ASSUMPCIO**Periodicitat: **TRIMESTRAL**



PINTORES EN EL MÓN OCCIDENTAL (ON-LINE)

Dimecres 11:00-12:00h

Professor(s): **PORTA TORNE, MARIA ISABEL**

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

Descobrir pintores que, per la seva condició de dones, no consten, majoritàriament, als llibres d'Història de l'Art ni a les enciclopèdies, malgrat que moltes varen tenir reconeixement en el seu temps i tenen obres en museus importants.

L'objectiu del curs és aprendre les eines informàtiques que es necessiten per fer el següent: - Resumir en una fitxa, quan i on van viure i treballar, els museus on tenen obres, estil artístic al qual pertanyen, etc. - Baixar, sempre que sigui possible, reproduccions d'algunes obres. - Fer un blog o carpeta on ordenar el treball fet.

Metodologia: A través d'internet esbrinarem: - On i en quina època van viure. - Quins condicionants van marcar el seu desenvolupament personal i professional. - En quin estil artístic es poden enquadrar. - Museus on es troben les seves obres. - Veure'n les obres disponibles a la xarxa.

Temari: Recerca d'autores: Suzanne Valadon, Artemisia Gentileschi, Maria Blanchard, Remedios Varo, Mary Cassat, Eva Gonzalés, Sofonisba Anguissola, Ángeles Santos, Lluïsa Vidal, etc.

Coneixements previs: Cal conèixer el funcionament bàsic d'un ordinador, el navegador d'internet i el correu electrònic.

PINTURA AVANÇADA 1

Dimarts 11:15-12:15h

Professor(s): **ESTALELLA MARTORELL, ALFRED**

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

L'objectiu és ampliar coneixements de dibuix i pintura.

Fer servir el pinzell, l'espàtula, la llum, el cromatisme... Aprendre a representar formes més interessants i aprendre tècniques més acurades

Material específic: paper, llapis, carbonets, teles, pintures a l'oli i acríliques.

PINTURA AVANÇADA 2

Dimecres 18:00-19:00h

Professor(s): **ESTALELLA MARTORELL, ALFRED**

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

L'objectiu és ampliar coneixements de dibuix i pintura.

Fer servir el pinzell, l'espàtula, la llum, el cromatisme... Aprendre a representar formes més interessants i aprendre tècniques més acurades

Material específic: paper, llapis, carbonets, teles, pintures a l'oli i acríliques.

PINTURA SOBRE ROBA I FUSTA

Dimarts 18:12-19:15h

Professor(s): **HERRAN CARNER, MONTSERRAT**

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

Requereix material específic.

PSICOLOGIA POSITIVA: QUI SÓC I COM SÓN ELS ALTRES?

Dijous 10:15-11:15h

Professor(s): **HUGUET SERRA, JOSEP M.**

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

Psicologia positiva. Treballarem com ens relacionem amb les altres persones i les persones que ens envolten. Treballarem el propi coneixement personal i la pròpia autoestima. I aprendrem a tractar les pròpies habilitats psicològiques.

Sempre, utilitzant el diàleg i treballant les conclusions entre totes.

PUNTES DE COIXÍ I BRODATProfessor(s): **ORTIZ SAMPER, PILAR**

Dimecres 16:30-17:30h

Periodicitat: **TRIMESTRAL****RACÓ DE POESIA**Professor(s): **CONSTANS AUBERT, JOAN**

Dimarts 09:45-10:45h

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

Llegim i comentem poemes, escoltem poesies musicals, recitades o escenificades, preferentment en català, però també en castellà i altres idiomes.

SARDANES EN LÍNIAProfessor(s): **SALLES BOFILL, MARIA**

Dijous 12:00-13:00h

Periodicitat: **TRIMESTRAL****SMARTPHONES 1**Professor(s): **MARTIN DE LA VEGA FERNANDEZ, DOMINGO**

Dimecres 11:00-12:00h

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

Conèixer les prestacions més útils dels telèfons intel·ligents i l'aplicació WhatsApp amb videotrucades incloses. Es treballarà: seguretat, contactes, so (telèfon, ràdio, reproducció de música, gravació), imatge (foto, vídeo), aplicacions interessants, WhatsApp (contactes, grups, videotrucades). Es requereix disposar d'un telèfon intel·ligent amb pantalla i d'un contracte amb un operador de telecomunicació.

SMARTPHONES 2Professor(s): **MARTIN DE LA VEGA FERNANDEZ, DOMINGO**

Dimecres 18:15-19:15h

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

Conèixer les prestacions més útils dels telèfons intel·ligents i l'aplicació WhatsApp amb videotrucades incloses. Es treballarà: seguretat, contactes, so (telèfon, ràdio, reproducció de música, gravació), imatge (foto, vídeo), aplicacions interessants, WhatsApp (contactes, grups, videotrucades). Es requereix disposar d'un telèfon intel·ligent amb pantalla i d'un contracte amb un operador de telecomunicació.

SOLFEIGProfessor(s): **CORTES LLETGET, SERGI**

Divendres 10:15-11:15h

Periodicitat: **TRIMESTRAL****TALLER "ACOMPANYAMENT AL DOL"**

Professor(s):

Divendres 11:00-12:00h

Periodicitat: **5 SESSIONS**

Taller de 5 sessions: Del 6 de novembre al 4 de desembre.

TALLER "EMOCIONS POSITIVES"

Professor(s):

Divendres 11:00-12:00h

Periodicitat: **5 SESSIONS**

Taller de 5 sessions: Del 2 d'octubre al 30 d'octubre.

TALLER DE BRIDGE - NIVELL 3Professor(s): **TEROL RUBIOLS, JOSEP**

Dilluns 11:15-12:15h

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

Cal tenir coneixements previs de Bridge.
Es realitzarà una prova d'accés el primer dia de classe.

TALLER DE BRIDGE - NIVELL 1 (ON-LINE)Professor(s): **MIQUEL BLANCO, JORDI | OTO ESCARP, MARIA TERESA**

Dimarts 10:00-11:30h

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

Cal tenir coneixements previs de Bridge.
Es realitzarà una prova d'accés el primer dia de classe.
Curs ON-LINE: Cal disposar d'ordinador o telèfon amb càmera, micròfon i connexió a Internet.

TALLER DE BRIDGE - NIVELL 2 (ON-LINE)Professor(s): **MIQUEL BLANCO, JORDI | OTO ESCARP, MARIA TERESA**

Dimarts 12:00-13:15h

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

Cal tenir coneixements previs de Bridge.
Es realitzarà una prova d'accés el primer dia de classe.
Curs ON-LINE: Cal disposar d'ordinador o telèfon amb càmera, micròfon i connexió a Internet.

TALLER DE FELICITACIONSProfessor(s): **BLAKE WILSON, TRUDIE ANN**

Dimecres 11:15-12:15h

Periodicitat: **TRIMESTRAL****TALLER DE HAIKUS I MÉS (Q)**Professor(s): **CONSTANS AUBERT, JOAN**

Dimecres 11:30-12:30h

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

Poesia d'origen japonés, minimalista de només 17 síl·labes, delicada i plena de bellesa.
Com en un joc, descobrir la màgia oculta de les paraules formant l'haiku: un equip unit per l'amistat i la poesia.
Activitat quinzenal.

TALLER DE L'ENGINYProfessor(s): **IBAÑEZ AGUSTIN, CARLOS**

Dimarts 18:00-19:00h

Periodicitat: **TRIMESTRAL****TALLER DE MUSICOTERÀPIA**

Professor(s):

Dilluns 17:30-18:30h

Periodicitat: **6 SESSIONS**

Taller de Creu Roja.
La música, entre altres coses, aporta molts beneficis i ja des de l'antiguitat s'ha utilitzat com a teràpia. La musicoteràpia és un procés creat per facilitar i promoure la comunicació, les relacions, l'aprenentatge, el moviment, la expressió, la organització. Té beneficis en els aspectes cognitiu, físic, socioemocional, espiritual, etc.
Els objectius del taller són: - Millorar la percepció i la motricitat - Disminuir l'ansietat - Millorar la capacitat d'atenció i concentració - Millorar la circulació - Facilitar espais de reflexió - Augmentar la interacció i comunicació social.
Taller de 6 sessions: Del 2 de novembre al 7 de desembre.



TALLER DE SEVILLANES

Professor(s): **DOMINGUEZ JURADO, M^a ANGELES**

Dijous 18:15-19:15h

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

TXI-KUNG I TAI-XÍ

Professor(s): **MARGELI SERRANO, PILAR**

Divendres 16:30-17:30h

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

Treballar tant el cos com la ment a través d'aquest art xinès.

Es treballarà tant el cos com la ment a partir d'exercicis d'estiraments, respiratoris, de relaxació, de coordinació i d'equilibri (moviments suaus i harmònics que ajudaran a enfortir tot el cos i a guanyar flexibilitat).

XERRADES DE CUINA (M)

Professor(s): **NAUDI CLAVEROL, TERESA**

Dijous 17:00-18:00h

Periodicitat: **TRIMESTRAL**

Activitat mensual.