

CASAL DE BARRI CARDENER

Casal de Barri Cardener

Web: www.cardener.cat

Correu electrònic: associaciocardener@gmail.com

Horari: **de dilluns a divendres, de 10 a 13 i de 16 a 20 hores**

Telèfons: 932131451 i 932100803

El Casal de Barri Cardener és un centre municipal que vol facilitar als usuaris el desenvolupament social, cultural i de lleure. Organitza activitats adreçades a tot tipus de públic i de totes les edats. El Casal vol recollir les propostes dels col·lectius de l'entorn i potenciar una xarxa de relacions intergeneracional.

L'accés és lliure i la participació a les activitats que s'hi fan és oberta sense tenir en compte si les persones participants pertanyen o no a les entitats que gestionen el Casal.

La gestió del Casal és compartida entre tres entitats: Associació de Gent Gran Pau Casals, Associació de Dones Ciberdona, i Agrupament Escolta Roland Philipps. La comissió gestora, amb el Districte de Gràcia, es responsabilitza del funcionament i de la programació del centre.

Associació de Gent Gran Pau Casals

Web: www.pcasals.entitatsbcn.net

Correu electrònic: a.aggpc@gmail.com

L'Associació promou tota mena d'activitats per millorar el benestar social, cultural i de lleure dels nostres socis, tot potenciant la convivència i l'autoestima, per tal d'eliminar l'aïllament social de les persones grans.

Horari de secretaria: de dilluns a divendres de 10 a 13 hores

Associació de Dones Ciberdona

Web: www.associaciociberdona.entitatsbcn.net

Correu electrònic: ciberdona@gmail.com

L'Associació promou la participació de les dones en el vessant social i se centra, sobretot, en la promoció de les noves tecnologies i les relacions creatives entre entitats de dones.

Horari de secretaria: de dilluns a dijous, de 17 a 20 hores

Agrupament Escolta Roland Philipps

Web: www.aerolandphilipps.org

Correu electrònic: info@aerolandphilipps.org

També s'hi pot contactar els dissabtes de 16.30 a 19.30h

L'objectiu de l'Agrupament, basat en la metodologia escolta, és promoure l'educació en valors, tot realitzant activitats tant a la natura com a la ciutat, mitjançant els jocs. És una entitat no lucrativa i tots els participants són voluntaris. Les activitats estan adreçades a nens, adolescents i joves.

Dins del centre també està ubicada la unitat de gestió de **Salutem - Accions Comunitàries del barri de la Salut**, la **Taula de Gent Gran - Radars del barri de la Salut** i l'**Associació de Veïns ParkGüell-la Salut-Sanllehy**

Salutem - Accions Comunitàries del barri de la Salut

Anomenat anteriorment Pla de desenvolupament comunitari de la Salut. Salutem som entitats, serveis, veïns i veïnes que volem donar resposta a les necessitats del barri a través del treball en xarxa, amb l'objectiu de millorar la qualitat de vida del veïnat entre tots i totes. Per fer-ho possible, ens organitzem en reunions sobre els diferents àmbits de treball –salut comunitària, gent gran, joves, cultura i cohesió social, i perspectiva de gènere– per tirar endavant els diversos projectes que estem impulsant col·lectivament. Són espais oberts a la participació de tothom.

No dubtis a contactar amb nosaltres per correu electrònic: placomunitarisalut@gmail.com o al número de telèfon: 608 645 326

Taula de Gent Gran - Radars del barri de La Salut:

Dins de Salutem - Accions comunitàries, hi ha el Projecte Radars, que té com a objectiu donar resposta a la soledat de les persones grans, de manera comunitària. Al Casal de Barri Cardener es crea la Plataforma de Seguiment Telefònic d'aquest projecte. Els dijous a la tarda, les voluntàries del RADARS es troben per fer les trucades de seguiment als usuaris i usuàries Radars. A més, organitzem activitats puntuals com la Castanyada, el Nadal, el Carnestoltes, la Diada de Sant Jordi i la revetlla de Sant Joan, que representen bonics espais de trobada i de relació per a la gent gran. Si voleu col·laborar en aquest projecte, adreceu-vos al telèfon i/o correu indicats a Salutem - Accions comunitàries del barri de La Salut.

Associació de Veïns ParkGüell-la Salut-Sanllehy

És una associació veïnal que té com a objectius donar visibilitat a les deficiències que té el barri en matèria urbanística, de mobilitat, d'espais verds i de serveis, i participar activament en la presa de decisions dels equipaments a construir al barri i en d'altres projectes de construcció social.

Horari d'atenció als veïns i veïnes: els dilluns de 18 a 20h a la 4a planta.

Adreça electrònica: av.pg.salut.sanllehy@gmail.com, <https://www.facebook.com/veinsdelparkguell>.

PROCÉS D'INSCRIPCIONS

DATES D'INSCRIPCIONS:

Tots els tallers: Els dies **25 i 26 de setembre**, de 10.00 a 12.30 i de 16.00 a 19.30 hores

Tallers de la **"Fundació La Caixa"**: Consulteu a Secretaria les dates d'inscripció.

ACLARIMENTS

Per gestionar de forma correcta les inscripcions, una hora abans de l'obertura del Casal s'entregaran uns números d'ordre per facilitar-ne els tràmits.

Per poder gaudir de la reserva de plaça a la qual dona dret el número lliurat, la inscripció s'haurà de fer el mateix dia del lliurament del número; en cas contrari, se'n perdrà la reserva.

Només es podrà reservar la plaça d'una persona absent (màxim 2 tallers).

No es podrà participar en una classe sense la inscripció prèvia.

Les classes no realitzades només són recuperables de forma col·lectiva; per tant, els no inscrits no podran recuperar una classe de forma individual en un altre horari.

L'acabament de les classes s'haurà de fer 5 minuts abans de l'hora establerta en aquest programa.

Per tal de poder decidir la viabilitat dels tallers segons el nombre de persones inscrites, i per optimitzar l'organització i poder donar un millor servei, no s'admetrà cap inscripció després del dia 26 de setembre, darrer dia de les inscripcions.

Els tallers proposats estan orientats per a majors de 16 anys. Els menors de 18 anys hauran de formalitzar una fitxa d'inscripció específica, signada pel pare, mare o tutor/a, acompanyada del DNI d'aquesta persona.

El material fungible que sigui necessari per al taller anirà a càrrec de l'usuari.

Nombres de places limitades segons el taller. El nombre mínim per a dur a terme l'activitat és de 12 persones. Els tallers de llarga durada, és a dir, aquells en els quals no es poden assolir els objectius en un trimestre (català, francès, anglès, escriptura creativa, lectura teatral, coral, etc.), tindran la durada d'un any acadèmic (d'octubre a juny). La inscripció en aquests tallers es renovarà cada trimestre, moment en què es tornarà a formalitzar el pagament. La continuïtat del taller en el trimestre següent està supeditada a un nombre mínim de places (paràgraf anterior). **Les persones inscrites al setembre en aquests tallers tindran preferència en les inscripcions dels dos trimestres següents.**

Un cop feta la inscripció, no serà possible realitzar cap canvi de dia i/o hora, a excepció dels tallers d'idiomes que requereixin la prova de nivell.

L'import de l'activitat només es retornarà per causes majors degudament justificades.

El pagament dels tallers es podrà fer mitjançant targeta de dèbit/crèdit al mateix casal, o mitjançant ingrés bancari o transferència a l'entitat que s'indiqui. Per facilitar el control dels pagaments, en el cas d'ingrés bancari o transferència caldrà entregar a recepció l'original o una còpia del document de pagament el primer dia d'inici dels tallers, com a màxim.

L'organització es reserva el dret d'anul·lar qualsevol taller si el nombre d'inscrits no arriba al mínim establert o per altres causes que facin inviable la impartició. La devolució de l'import del taller es farà pel mateix canal del cobrament, o mitjançant taló bancari.

La Direcció del centre es reserva el dret de canviar el professorat en cas necessari.

Als socis de les entitats gestores del Casal de Barri Cardener se'ls aplicarà una reducció de 5 € en el preu dels tallers trimestrals (10 sessions).

Molt important: Per gaudir del beneficis destinats als socis de les entitats gestores, cal presentar acreditació de l'entitat (carnet o rebut). En cas de no-presentació, s'hi aplicarà el preu normal.

INICI DELS TALLERS

El període de les sessions dels tallers per al 4r trimestre de 2019 és del **4 d'octubre al 20 de desembre.**

FUNDACIÓ 'LA CAIXA' – Programa "Gent Gran"

Viure en positiu

13,5 hores, 9 sessions
Els dimecres, de 10.30 a 12 h
Inici: setembre de 2019

Informàtica I

16 hores; 8 sessions de 2 hores
Els dilluns, de 10.30 a 12.30 h
Inici: 7 d'octubre

Fer tràmits per Internet

20 hores; 10 sessions de 2 hores
Els dimarts i dijous, de 10.30 a 12.30 h
Inici: 1 d'octubre

Comunica't per la xarxa

24 hores; 12 sessions de 2 hores
Els dimarts i dijous, de 10.30 a 12.30 h
Inici: en finalitzar "Fer tràmits per Internet"

Imatges per a recordar

24 hores; 12 sessions de 2 hores
Els dimarts i dijous, de 16.30 a 18.30 h
Inici: 1 d'octubre

Tallers gratuïts per als socis de les entitats gestores del Casal. No afiliats: 4,00 €

AGENDA D'ACTIVITATS DEL CASAL

L'agenda del Casal de Barri Cardener és un espai on recollim les diverses activitats, tallers, xerrades i exposicions que presentem, adreçades a tothom que vulgui gaudir-ne, i estem sempre oberts a les vostres aportacions.

AGENDA OCTUBRE-DESEMBRE 2019

ACTIVITATS GRATUÏTES

- **Vine a ballar sardanes**

Hi col·laboren: Lluïsos de Gràcia i l'Anella, associació promotora de la sardana

Professors: Pere Figuerola i Jaume Mestres

Els dimarts, de 19 a les 20.30 h

Aprendreu a "comptar i repartir", tot practicant "la dansa més bella de totes les danses que es fan i es desfan".

ACTIVITATS DEL TRIMESTRE

SETEMBRE

Xocolatada amb coca i actuació musical al jardí del Casal

Organitzada per l'Associació de Gent Gran Pau Casals

Dia 21 de setembre a les 11 hores

Després de l'estiu l'entitat torna a la normalitat, i amb un esmorzar dolç acabarem d'agafar forces per encarar les activitats i continuar com cada any amb les relacions socials, culturals o d'aprenentatge.

Obert a tots els socis i sòcies amb capacitat limitada.

Caldrà apuntar-s'hi abans (dia límit: 18 de setembre), matins de 10 a 12.45 h, 3a planta, o per telèfon al 932100803 en el mateix horari. Caldrà presentar el carnet de l'Associació de l'any 2019.

Excursió: El tren groc de La Cerdanya. De Montlluís a Vilafranca de Conflent.

Organitzada per l'Associació de Gent Gran Pau Casals

Preu socis: 61,00 € - No socis: 64,00 €

Dissabte, 28 de setembre

El Tren Groc és la línia més especial i emblemàtica de la Catalunya Nord. El seu traçat enllaça Vilafranca de Conflent amb la Tor de Querol i es va construir per tal d'apropar l'Alta Cerdanya amb la capital de la Catalunya Nord, Perpinyà, a través del Coll de la Perxa. Com que un tren de via ampla no era possible (hauria calgut un túnel de més de 13 km entre Fontpedrosa i Saragossa), es va construir un tren de via mètrica pel qual, a causa dels pendents sostinguts del 6%, caldria tracció elèctrica; en aquest cas, proveïda mitjançant un tercer raíl lateral que porta el corrent continu a 850 volts. La línia es va posar en servei el 1910 entre Vilafranca i Montlluís, prolongada fins a la Guingueta el 1911 i la Tor el 1927. El traçat té una longitud total de 62 km i creua les comarques de Conflent i de la Cerdanya. Abans d'arribar a la Cerdanya, la línia passa pel seu punt culminant a l'estació de Bolquera-Eina, que és l'estació més alta, a 1593 metres. Els trens circulen a una velocitat màxima de 55 km/h.

Farem aquest meravellós recorregut turístic admirant pobles i valls des de la població de Montlluís fins a arribar a l'essència de l'Edat Mitjana, Vilafranca de Conflent.

Per dinar, anirem a un restaurant que hi ha a la Jonquera en règim de bufet lliure.

OCTUBRE

Excursió: Guimerà i Monestir de Sant Ramon

Organitzada per l'Associació de Gent Gran Pau Casals

Preu socis: 50,00 € - No socis: 53,00 €

Dissabte, 5 d'octubre

Sortida en direcció a Igualada, amb una aturada en ruta per esmorzar (inclòs). Continuació fins a arribar a Guimerà, una població molt interessant pel seu conjunt medieval d'arcs coberts i porxos. Els carrers són estrets i esglaonats, i la llum que hi cau dibuixa les ombres amb forts contrastos.

A la tarda, visitarem el monestir de Sant Ramon, un espectacular edifici barroc del segle XVII que alguns anomenen l'Escorial de La Segarra. En aquest monestir hi viu una petita comunitat de mercedaris, ordre religiós que sempre ha treballat en les presons i a favor dels captius.

Tardes culturals: Anem al cinema plegats!

Organitzada per l'Associació de Gent Gran Pau Casals

Preu a pagar a la taquilla del cinema (dia de l'espectador).

Inscripció prèvia: matins, de 10 a 12.45 hores, a la 3a planta

Punt de trobada: davant del cinema Bosque, a les 15.15 hores

Dimecres, 9 d'octubre

Si no vols anar sol al cinema, apunta-t'hi!

Cada mes anirem un dimecres, dia de l'espectador, en primera sessió, al cinema.

Un cop acabada la pel·lícula, la comentarem i hi farem tertúlia, en una cafeteria propera.

Cal apuntar-s'hi una setmana abans del dia previst a la Secretaria, que és a la tercera planta, als matins. Allí s'informarà de la pel·lícula que anirem a veure.

Excursió: Creuer pel Canal du Midi i Cotlliure

Organitzada per l'Associació de Dones Ciberdona

Preu: 210,00 € (suplement hab.individual: 30,00 €)

Dies 12 i 13 d'octubre

Sortida en direcció a les comarca de l'Alt Empordà, amb una aturada en ruta per esmorzar (no inclòs).

Creuarem la frontera fins a arribar a la població de Besiers, on gaudirem d'un creuer pel Canal du Midi amb el dinar a bord inclòs.

Un creuer amb què descobrirem tota la bellesa de l'entorn natural que envolta el recorregut d'aquest canal que va ser creat al s.XVII per unir l'Atlàntic amb el Mediterrani i que s'utilitzava per al transport de mercaderies i persones al llarg dels seus 240km de vies navegables. Des de 1996 és patrimoni de la humanitat per la UNESCO i actualment està freqüentat per aficionats a la navegació i turistes que volen gaudir d'aquesta meravellosa proesa tècnica, així com una obra d'art. Finalitzat el creuer, disposarem d'un breu temps lliure i tot seguit ens dirigirem al nostre hotel situat a Perpinyà. Sopar i allotjament.

L'endemà, esmorzarem a l'hotel i ens dirigirem a Cotlliure, encantadora població, inspiració de pintors, escriptors i artistes en general. Passejarem pels seus carrers típics i pel seu passeig; admirarem el Castell Reial sobre el mar i podrem veure la coneguda silueta de l'església. En aquesta població està enterrat el cèlebre poeta espanyol Antonio Machado. Finalitzada la visita, agafarem l'autocar per dirigir-nos al restaurant on gaudirem del dinar de comiat. A la tarda, després d'una tranquil·la sobretaula, retorn al punt d'origen.

Visita a TV3

Organitzada per l'Associació de Dones Ciberdona

Preu: visita gratuïta (places limitades, prioritzant l'afiliació)

Dijous, 17 d'octubre, a les 11.30 h

Televisió de Catalunya ens ofereix la possibilitat de visitar les seves instal·lacions en grup per descobrir de prop la televisió pública que cada dia arriba amb els seus continguts a milers d'espectadors. La visita no suposa l'assistència a la gravació de cap programa. La llista es tancarà una setmana abans de la visita, ja que cal enviar-hi un document amb els noms, cognoms i DNI de tots els participants.

Com arribar-hi: D40 fins a Francesc Macià, TRAM-T3, parada: Hospital Sant Joan Despí/TV3

Sessió de ball

Activitat gratuïta conduïda pel cantant Jordi Moncayo, amb un ampli repertori de cançons que formen part de la memòria de diverses èpoques.

Patrocinada per l'obra social Àltima

Divendres, 18 d'octubre, de 17 a 19 h

Visita guiada: Barcelona, sang i fetge. Els relats negres de la nostra ciutat

Organitzada per l'Associació de Dones Ciberdona

Preu: 10,00 € - Sòcies Ciberdona: 8,00 €

Dissabte, 26 d'octubre, a les 18.30 hores

Ruta per seguir els successos reals més escabrosos de Barcelona, explicats amb rigor periodístics. A molts de nosaltres ens apassiona el gènere negre, ja sigui en cinema, literatura, teatre, televisió. Les històries macabres que s'expliquen a la ficció tenen una morbositat difícilment comparable amb altres tipus de relats. Les autores i autors han de trobar la inspiració en algun lloc, i

aquest lloc és la mateixa realitat on vivim, explicada a través de la crònica periodística que des de sempre ha recollit el que anomenem successos.

A càrrec de: Meritxell Carreras

Punt de trobada: Font de Canaletes (durada: 2 h 30min)

Festa de Tots Sants

Organitzada per l'Associació de Gent Gran Pau Casals

Dimecres, 30 d'octubre, a les 17.00 hores

Obert a tots els socis i sòcies, la festa de Tots Sants, tradicional en la nostra entitat, és també una oportunitat per passar la tarda entre els amics i les amigues a la 1a planta del Casal. Hi haurà un entrepà de pernil, panellets i beguda.

Caldrà apuntar-s'hi abans (dia límit: 24 d'octubre), matins de 10 a 12.45 h, 3a planta, o per telèfon, al 932100803 en el mateix horari. Caldrà presentar el carnet de l'Associació de l'any 2019.

NOVEMBRE

Visita al Refugi de la plaça del Diamant

Organitzada per l'Associació de Dones Ciberdona

Preu: 5,00 € - Sòcies Ciberdona: 5,00 €

Diumenge, 3 de novembre, a les 11 h

Sabies que la plaça del Diamant, la plaça de la Revolució, el Palau de les Hores i el Poble-sec van ser refugis antiaeris durant la Guerra Civil Espanyola?

La plaça del Diamant, nom conegut per ser el títol de la novel·la de Mercè Rodoreda i, a més, per ser una de les novel·les més famoses de la literatura catalana, és un dels refugis més famosos de Barcelona.

Està obert al públic des de fa tan sols 10 anys, però el nivell de conservació és excel·lent. D'altra banda, està ubicat a 12 metres sota terra i està format per un total de 250 túnels, amb una capacitat per a 200 persones.

A càrrec del Taller d'Història de Gràcia

Punt de trobada: Pl. Diamant, a les 10.45 h

Excursió: Reus modernista i Museu Pau Casals

Organitzada per l'Associació de Dones Ciberdona

Preu: 52,00 € - Sòcies Ciberdona: 49,00 €

Dissabte, 16 de novembre, a les 8.00 h

Sortida en direcció a les comarques de Tarragona, fins a arribar al restaurant on tenim inclòs l'esmorzar. Continuació fins a la ciutat de Reus, capital del Baix Camp. Allà farem una visita amb guia local de l'anomenada ruta modernista de Reus. Iniciarem la visita a l'interior del Pavelló dels Distingits de l'Institut Pere Mata, una de les joies del modernisme català menys conegudes, obra de l'arquitecte Lluís Domènech i Montaner. Continuarem amb la visita guiada a la Ruta del modernisme, un agradable passeig pel centre de Reus per conèixer les façanes modernistes més interessants de la ciutat, entre les quals destaquen especialment altres obres de Lluís Domènech i Montaner (Casa Navàs, Casa Rull i Casa Gasull), les construccions de Pere Caselles, col·laborador de Domènech, i les obres de Joan Rubió i Bellver, deixeble i col·laborador de Gaudí. Finalitzarem la visita al modernisme de Reus amb la visita guiada del Gaudí Center. Després d'aquestes visites ens traslladarem al restaurant per dinar.

A la tarda, ens dirigirem a Sant Salvador, on visitarem la Vil·la Museu Pau Casals, un dels millors violoncel·listes de tots els temps. Més enllà de la música, es va convertir en un defensor de la pau i la llibertat dels pobles. Pau Casals va fer construir la Vil·la Casals al barri marítim de Sant Salvador com a casa d'estiueig i avui dia és un museu que recupera l'atmosfera familiar d'una casa de finals del segle XIX i la bellesa que tenia en els seus millors temps.

Sopar de dones

Organitzada per l'Associació de Dones Ciberdona

Preu: 15,00 € - Sòcies Ciberdona: 10,00 €

Divendres, 22 de novembre, a les 20.00 h

En ocasió del Dia contra la Violència de Gènere, celebrem el tradicional Sopar de Dones, preparat per voluntaris i voluntàries de Ciberdona, precedit per una conferència que sota el títol de "Dones i Art", anirà a càrrec de Fina Bernat.

La sobretaula musical serà animada per Alicia Martel, compositora i cantant.

Excursió: La Fageda d'en Jordà amb carruatges

Organitzada per l'Associació de Gent Gran Pau Casals

Preu socis: 59,00 € - No socis: 62,00 €

Dissabte, 23 de novembre

Sortida en direcció al municipi de la Gleva (Osona), on farem l'esmorzar (inclòs). Continuarem el nostre recorregut fins a arribar a Santa Pau.

Ens submergirem al bosc de faigs més fantàstic i màgic de la Garrotxa. Descobrirem els canvis de color de les fulles a cada estació de l'any. Sentirem la picardia dels follets a la Fageda d'en Jordà. Busca'ls i deixa't portar per l'astúcia dins del seu hàbitat. Amb els carruatges tirats per cavalls, anirem recorrent el seu interior, coneixent la seva història i el seu entorn. És un passeig on Joan Maragall, en el seu poema dedicat a la Fageda deia "...t'agafarà un dolç oblit de tot el món...".

El dinar el farem en un restaurant a prop de Santa Pau. A la tarda visitarem Hostalets d'en Bas. Les cases ben arreglades mostren uns ràfecs molt pronunciats que emparen del sol i de la pluja les llargues balconades de fusta, d'on solen penjar panotxes de blat de moro posades a assecat i on els testos de geranis prodiguen una nota de color i bon gust.

Tardes culturals: Anem al cinema plegats!

Organitzada per l'Associació de Gent Gran Pau Casals

Preu a pagar a la taquilla del cinema (dia de l'espectador).

Inscripció prèvia: matins de 10 a 12.45 hores a la 3a. planta

Punt de trobada: davant del cinema Bosque, a les 15.15 hores

Dimecres, 27 de novembre

Si no vols anar sol al cinema... apunta-t'hi!

Cada mes anirem al cinema un dimecres, dia de l'espectador, en primera sessió.

Un cop acabada la pel·lícula, la comentarem i hi farem tertúlia, en una cafeteria propera.

Cal apuntar-s'hi una setmana abans a la Secretaria, a la tercera planta, als matins. Allí s'informarà de la pel·lícula que anirem a veure.

DESEMBRE

Excursió: Morella, Acanyis, Baix Aragó i Gran Pre-Nadal

Organitzada per l'Associació de Gent Gran Pau Casals

Preu socis: 179 € - No socis: 182 € (habitació indiv. 25 €)

Dies 5 i 6 de desembre

Dia 1 - Barcelona - Horta de Sant Joan - Morella

Sortida en direcció a les Terres de l'Ebre, fins a arribar a Horta de Sant Joan. Acomodació a l'hotel i dinar. A la tarda anirem fins a Morella, on disposarem de temps lliure per fer la visita al recinte emmurallat de la vila. Cal destacar la Basílica de Santa Maria i el seu castell enclavat en una plataforma rocosa. Retorn a l'hotel, sopar i allotjament.

Dia 2 - Acanyis - Barcelona

Sortida a Acanyis, capital històrica del Baix Aragó. Farem un recorregut per la part històrica: la plaça d'Espanya, el meravellós conjunt format per la llotja gòtica, construïda a la fi del segle XIV, i la Casa Consistorial d'estil renaixentista, edificada el 1570. L'Ajuntament mostra millor que cap edifici l'orgull del poder civil i l'arribada de l'art renaixentista.

Retorn a l'hotel per fer el dinar especial de Nadal.

Tardes culturals: Anem al cinema plegats!

Organitzada per l'Associació de Gent Gran Pau Casals

Preu a pagar a la taquilla del cinema (dia de l'espectador).

Inscripció prèvia: matins, de 10 a 12.45 hores, a la 3a. planta

Punt de trobada: davant del cinema Bosque, a les 15.15 hores

Dimecres, 11 de desembre

Si no vols anar sol al cinema ... apunta-t'hi!

Cada mes anirem al cinema un dimecres, dia de l'espectador, en primera sessió.

Un cop acabada la pel·lícula, la comentarem i hi farem una tertúlia al voltant, en una cafeteria propera.

Cal apuntar-s'hi una setmana abans a Secretaria, a la tercera planta, als matins. Allí s'informarà de la pel·lícula que anirem a veure.

Excursió: Pessebre vivent a Corbera de Llobregat

Organitzada per l'Associació de Dones Ciberdona

Preu: pendent

Dissabte, 14 de desembre, a les 17.30 h

El Pessebre Vivent de Corbera de Llobregat és un pessebre que es celebra des de l'any 1962 al municipi de Corbera de Llobregat. És escenificat a la Penya del Corb, un conjunt de roques vermelloses situat a la part alta del poble, i s'ha continuat fent cada any de manera ininterrompuda. L'organitza l'Associació Amics de Corbera, que fou guardonada l'any 1992 amb la Creu de Sant Jordi.

Malgrat que en terres catalanes hi ha algun pessebre vivent més antic, com el de d'Engordany (1956), el de Corbera de Llobregat va ser el primer en què els visitants es passejaven per dintre del pessebre barrejant-se amb les figures vivents, i és considerat el primer pessebre vivent de Catalunya.

La representació s'inicia a les 19 hores.

Festa de Nadal

Organitzada per l'Associació de Gent Gran Pau Casals

Dies 16, 17 i 18 de desembre.

Horari: de 10 a 12.45 hores

Lliurament d'un lot nadalenc amb productes típics d'aquestes festes.

Caldrà presentar el carnet de l'Associació de l'any 2019.

Es donaran a la planta baixa i el 3r pis del Casal.

Visita guiada: Barcelona, metges i salut

Organitzada per l'Associació de Dones Ciberdona

Preu: 10,00 € - Sòcies Ciberdona: 8,00 €

Dijous, 19 de desembre, a les 11 h

La ciutat de Barcelona és un referent internacional pel que fa a institucions i centres d'investigació en diferents especialitats mèdiques. Assolir aquesta fita no ha estat pas fàcil. Per entendre el procés els proposem una visita per conèixer algunes d'aquestes institucions, així com els cognoms més internacionals que ha donat la ciència a casa nostra.

A càrrec de Rafa Burgos, periodista i guia oficial

Punt de trobada: Pg. de Gràcia, davant el Palau Robert, a les 10.45 h

AVANÇAMENT 2020

Viatge a l'Índia

Organitzat per l'Associació de Gent Gran Pau Casals

Preu: pendent

Primera quinzena de febrer (9 dies) (dates a confirmar)

Farem un recorregut per les poblacions més importants (Delhi, Samode, Jaipur, Bharatpur, Agra, Varanasi), i en cadascuna visitarem els temples i monuments més emblemàtics (Taj Mahal, palaus dels Maharajàs de Samode, Jaipur, etc.). Farem una passejada en rickshaw pels carrers de Varanasi, i a trenc d'alba un passeig pel Ganges, on podrem veure les cerimònies de purificació que tributen els nadius al seu deu Surya.

Viatge a Bulgària

Organitzat per l'Associació de Dones Ciberdona

Preu: pendent

Dies 10 a 17 de maig (8 dies) (a confirmar)

Bulgària és un país a la península dels Balcans, a la vessant occidental del mar Negre. Està rodejada per Romania al nord, Sèrbia al nord-oest, la República de Macedònia al sud-oest, Grècia al sud i Turquia al sud-est. Situada a prop dels estrets de Turquia, resulta clau en les rutes terrestres d'Europa cap a l'Orient Mitjà i Àsia.

Posseeix una enorme riquesa històrica i un ampli llegat deixat per antigues civilitzacions al llarg de tot el país, entre els quals cal destacar els monestirs, on s'ha preservat la fe i la cultura búlgares. A títol d'exemple, podem citar els monestirs de Rila, de Bachkovo, de Troyan, de Zemen, de Rozhen, de Kilifarevo, de Sokolski, entre d'altres.

EXPOSICIONS

Exposició de fotografia: "**La Divina Costa**"

Autor: Antonio Solares

Del 4 al 31 d'octubre

Al juny de 2017, Ciberdon@ va organitzar un viatge a Nàpols i golf de Salern. Una aventura que va resultar meravellosa i on cal destacar la bona organització. Fruit d'aquest viatge va ser la collita de milers de fotos, de les quals unes poques es poden veure en aquesta exposició. La costa del golf de Salern es denomina Costa Amalfitana, o Divina Costa. Va ser declarada Patrimoni de la

Humanitat al 1979 perquè, entre altres coses, la seva bellesa arriba a una altra dimensió. Aquesta mostra fa un breu recorregut per Positano, Amalfi, Ravello i Salern, i reflecteix i fa bo l'eslògan publicitari: "no voldràs tornar de la costa Divina"

Exposició: "El color de la llum"

Autor: Lluís Santapau Andreu

Del 4 al 29 de novembre

Amb la presentació d'aquesta petita mostra pictòrica de Lluís Santapau (1906-1993), és el meu desig com a fill mostrar el meu reconeixement a la trajectòria d'un artista d'àmbit nacional, que va poder complir el seu desig de crear bellesa. També pretén ser un petit homenatge a la pintura com a art, que el va acompanyar al llarg de la seva vida, juntament amb el món de la pastisseria, el seu primer ofici, reconegut pels bons artesans del dolç. L'Ajuntament de Barcelona, l'any 1995, el va reconèixer com a innovador de tota la pastisseria catalana, i va ser l'iniciador de la tradició actual de les mones de xocolata l'any 1937. Els seu quadres són coneguts des del principi de la seva joventut, i han estat elogiats per artistes i crítics de la seva època. Amb els anys, es dedica cada cop més a la seva vesant com a pintor, realitzant diferents exposicions. En els seus darrers anys, va deixar un llegat important que desitjo que no quedi en l'oblit, ja que considero que el meu pare forma part de tots aquests artistes que, mans a la massa, es converteixen en els obradors, pintors, artistes... que, tot creant, formen part de la cultura del nostre país.

Exposició:

Autor: Josep Tejera

Del 2 de desembre al 10 de gener de 2020

Les exposicions es poden visitar dins l'horari habitual d'obertura del Casal (de dilluns a divendres, de 10 a 13 i de 16 a 20 h).

Si creus que la teva afició té cabuda a l'espai del Casal destinat a les exposicions, i la vols compartir amb nosaltres, disposes d'un espai gratuït per organitzar-hi una mostra.

Pots recollir la normativa i el full de sol·licitud a Secretaria.

TALLERS

IDIOMES

1. ANGLÈS - STARTER

Professora: Monique Montessino

Preu: 52,70 €

Els dimecres, de 17.30 a 19 h (10 sessions)

Curs destinat a aquelles persones que volen iniciar-se en la llengua anglesa des de zero. Es treballaran les salutacions (nom, país, edat), l'alfabet, els nombres, el menjar, les begudes, els dies de la setmana, els colors, els familiars, els mesos i s'aprendran a utilitzar tots els verbs en present simple (afirmatiu, negatiu i interrogatiu). Caldrà comprar el llibre que indiqui la professora.

2. ANGLÈS- BEGINNER (A1)

Professora: Monique Montessino

Preu: 52,70 €

Els dimecres, de 19 a 20.30 h (10 sessions)

Curs destinat a aquelles persones que han tingut un mínim contacte amb la llengua anglesa (salutacions, nom, país, edat, l'alfabet, els nombres, els dies de la setmana, etc.; vocabulari molt bàsic). Es seguirà treballant el present simple (formulació de preguntes, afirmacions i negacions), es començarà a treballar el passat simple i s'ampliarà vocabulari (les hores, llocs, roba, etc.). Caldrà comprar el llibre que indiqui la professora.

3. ANGLÈS- ELEMENTARY (A1)

Professora: Mònica Amigó

Preu: 52,70 €

Els divendres, de 18 a 19.30 h (10 sessions)

Curs destinat a aquelles persones que ja han tingut un mínim contacte amb la llengua anglesa (salutacions, nombres, verbs en present simple i vocabulari bàsic). Es seguirà treballant el present i passat simple (formulació de preguntes, afirmacions i negacions). També es treballarà el vocabulari bàsic (viatges, activitats, adreces, etc.). Caldrà comprar el llibre que indiqui la professora.

4. ANGLÈS- ELEMENTARY (A2)

Professora: Mònica Amigó

Preu: 52,70 €

Els divendres, de 16.30 a 18 h (10 sessions)

Curs destinat a persones que han adquirit alguns coneixements bàsics en llengua anglesa i volen millorar-los progressivament. Es seguirà treballant el present simple (formulació de preguntes, afirmacions i negacions) i es començarà a treballar el passat simple, el present continu i les preposicions. Caldrà comprar el llibre que indiqui la professora.

5. ANGLÈS- ELEMENTARY (A2+)

Professora: Monique Montessino

Preu: 52,70 €

Els dilluns, de 19.30 a 21 h (10 sessions)

Per a persones que han adquirit coneixements elementals de llengua anglesa i que volen millorar-los progressivament. Es farà un repàs dels temps verbals present i passat de tots els verbs (formulació de preguntes, afirmacions i negacions) i es treballaran noves formes del futur i construccions més complexes. Caldrà comprar el llibre que indiqui la professora.

6. ANGLÈS- PRE-INTERMEDIATE (B1)

Professora: Monique Montessino

Preu: 52,70 €

Els dilluns, de 16.30 a 18 h (10 sessions)

Per a persones que han adquirit coneixements elementals de llengua anglesa i volen millorar-los progressivament. Es farà un repàs dels temps verbals present i passat de tots els verbs (formulació de preguntes, afirmacions i negacions) i es treballaran noves formes del futur i construccions més complexes. Caldrà comprar el llibre que indiqui la professora.

7. ANGLÈS- CONVERSA

Professora: Monique Montessino

Preu: 52,70 €

Opció A - **Els dilluns, d'11.30a 13 h (10 sessions)**

Opció B - **Els dilluns, de 18 a 19.30 h (10 sessions)**

Curs destinat a persones amb un nivell intermedi de llengua anglesa que volen millorar-la oralment. Es treballarà sobretot l'*speaking*, utilitzant tots els temps verbals de l'indicatiu i un vocabulari més extens.

8. CATALÀ - INTERMEDI (B2)

Professora: pendent

Taller de voluntariat

Preu: 26,20 €

Els dijous, d'11 a 12.30h (10 sessions)

Per a persones que ja tenen nocions avançades de català i volen perfeccionar-lo.

9. FRANCÈS - INICIACIÓ

Professora: Monique Montessino

Preu: 52,70 €

Els dimarts, de 17.30 a 19 h (10 sessions)

Curs amb professora nativa.

Destinat a adults que ja tenen nocions bàsiques de francès i que desitgen refrescar o millorar els seus coneixements.

Es treballaran vocabulari i situacions quotidianes i s'insistirà en l'aspecte oral.

(No importa si no s'ha practicat des de fa molt de temps; per això en diem *falsos debutants* i no *iniciació*.)

10. FRANCÈS - MITJÀ

Professora: Monique Montessino

Preu: 52,70 €

Els dimarts, d'11.30 a 13 h (10 sessions)

Curs amb professora nativa.

L'objectiu de les classes serà conciliar el plaer d'aprendre per poder defensar-se dins una situació concreta, amb una bona estructuració dels coneixements (diferències culturals, llenguatge de la vida quotidiana), tot utilitzant un vocabulari pràctic (salut, vida quotidiana, cuina), turístic (hotels, restaurants, visites culturals) i personal (parlar de la família, les vacances, la feina, etc.).

Es proposarà un llibre una vegada es tinguin els resultats de la prova de nivell, o es podrà treballar amb altres documents fotocopiats.

11. ITALIÀ- INICIACIÓ

Professora: Renata Scanu

Preu: 52,70 €

Els dimarts, de 16 a 17.30 h (10 sessions)

Curs amb professora nativa.

"Vuoi imparare l'italiano?" Així que ens divertirem! Didàctica abordada de manera activa i participativa. Des del primer moment el curs s'impartirà en italià, de forma comunicativa. Parlar italià és més fàcil del que penses: a Milà, a la recerca d'una *cadrega* per seure, quan el dia és bonic mirant a la "finestra", veureu que "sempre" obtindreu un gran resultat!

Curs L2 (orientat per a adults/joves): introducció gramatical (articles, adjectius, preposicions, possessius), lèxic (presentar, saludar, parlar d'un mateix, de la família, de costums i temps lliure, de compres, dels gustos i activitats personals), fonètica base.

BALLS

12. BALLS DE SALÓ

Professora: Mercè Pastor

Preu: 35,10 €

Els dijous, de 13 a 14 h (10 sessions)

Classe per ballar amb parella, l'objectiu de la qual és conèixer tota mena de ritmes i estils de ball, des dels més clàssics, com el tango, el vals i el pasdoble, fins als més llatins com la salsa, la bachata, etc. Una bona estona molt gratificant per gaudir del ball en parella.

13. BALLS EN LÍNIA - INICIACIÓ

Professora: Mercè Pastor

Preu: 35,10 €

Els dijous, de 12 a 13 h (10 sessions)

Curs destinat a persones que ja tenen coneixements bàsics d'aquest tipus de ball. Els participants aprendran a moure el cos al ritme de la cúmbia, el merengue, el txa-txa-txa, la bachata, el rock & roll... sense necessitat d'una parella i amb les cançons que més els agradin.

14. BALLS EN LÍNIA - INTERMEDI

Professora: Mercè Pastor

Preu: 35,10 €

Els dilluns, de 12 a 13 h (10 sessions)

Curs destinat a persones ja iniciades en aquest tipus de ball. Aprendran a moure el cos al ritme de la cúmbia, el merengue, el txa-txa-txa, la bachata, el rock & roll... sense necessitat d'una parella i amb les cançons que més els agradin.

15. BALLS EN LÍNIA - INTERMEDI-AVANÇAT

Professora: Mercè Pastor

Preu: 35,10 €

Els dilluns, d'11 a 12 h (10 sessions)

Si t'apassiona el ball i ja has experimentat en alguna ocasió el *country*, vine a provar altres ritmes d'aquest mateix nivell.

16. BALLS EN LÍNIA -AVANÇAT

Professora: Mercè Pastor

Preu: 35,10 €

Els dijous, d'11 a 12 h (10 sessions)

Si consideres que tens una bona coordinació de moviments i facilitat per aprendre coreografies i ritmes diferents, aquesta és la teva classe!

17. COUNTRY- INICIACIÓ

Professora: Pilar Rubín

Preu: 35,10 €

Els dilluns, de 19 a 20 h (10 sessions)

Per introduir-nos en la pràctica d'aquest ball col·lectiu que ens aporta dinamisme, coordinació i força.

18. COUNTRY- INTERMEDI

Professora: Pilar Rubín

Preu: 35,10 €

Opció A - **Els dilluns, de 20 a 21 h (10 sessions)**

Opció B - **Els dimecres, de 20 a 21 h (10 sessions)**

Avançarem de forma divertida en la pràctica d'aquest ball col·lectiu, amb noves combinacions relacionades amb el nivell, mantenint el dinamisme, la coordinació i la força.

19. COUNTRY- AVANÇAT

Professora: Pilar Rubín

Preu: 35,10 €

Els dimecres, de 19 a 20 h (10 sessions)

Avançarem de forma divertida en la pràctica d'aquest ball col·lectiu, amb noves combinacions de passos, mantenint el dinamisme, la coordinació i la força.

20. SEVILLANES - INTERMEDI

Professora: Isabel Ruiz de Villa

Preu: 52,70 €

Els dimarts, de 17.30 a 19 h (10 sessions)

És imprescindible tenir els coneixements bàsics per poder seguir el curs. En aquest trimestre s'aprofundirà en el treball del ritme i la coordinació de moviments. No cal parella.

HABILITATS (Arts escèniques)

21. LECTURA CREATIVA

Professores: Pepa Calvo i Consuelo Iglesias

Preu: 52,70 €

Els dijous, de 18 a 19.30 h (10 sessions)

Aprendrem a llegir en públic i en gaudirem de forma creativa, amb una mirada diferent dels textos, tot identificant els llenguatges diversos: teatral, poètic, narratiu i de creació pròpia.

22. CORAL CARDENER

Professor: Òliver Carrasco

Preu: 52,70 €

Els dijous, de 17.30 a 19 h (10 sessions)

Ens trobarem per aprendre cançons populars del nostre entorn més proper, tant catalanes com d'altres indrets del món. Volem gaudir cantant i poder oferir el nostre repertori a curt termini.

HABILITATS (Expressió plàstica)

23. DIBUIX I PINTURA PER A ADULTS

Professor: Luis Moreira

Preu: 70,25 €

Els dimarts, de 19 a 21 h (10 sessions)

Per apropar el món del dibuix i la pintura a totes aquelles persones que tenen la inquietud de crear amb el pinzell o el llapis.

24. DIBUIX I PINTURA

Professor: Andreu B. Sánchez

Taller de voluntariat

Preu: 26,20 €

Els dilluns, de 10 a 12 h (10 sessions)

Espai on podràs desenvolupar la teva creativitat tot experimentant diverses tècniques.

25. PUNTES DE COIXÍ

Professora: M. Montserrat Robert

Taller de voluntariat

Preu: 26,20 €

Els dijous, d'11.30 a 12.45 h (10 sessions)

Aprendrem l'art del treball tradicional de les puntes, amb uns patrons senzills, jugant a fer voltes amb els boixets, el fil i les agulles.

26. PUNTES DE COIXÍ II

Professora: Rosa Casajuana

Preu: 52,70 €

Els dimecres, d'11 a 12.30 h (10 sessions)

Aprendrem nous punts contemporanis per poder canviar els punts de fons de mocadors i puntes tradicionals. Joieria de boixets, capsetes tridimensionals, flors, etc. Tot amb l'art de la punta de coixí.

HABILITATS (Recursos)

27. JARDINERIA I HORT

Professora: Gemma Gabarra

Preu: 26,30 €

Suplement per a consumibles: 3,00 €

Els dimarts, d'11 a 12.30 h (5 sessions del 22 d'octubre al 19 de novembre, ambdós inclosos)

Taller orientat a aprendre a cuidar, podar, trasplantar, reproduir les plantes.

En cada classe tractarem un tema diferent, hi haurà una presentació teòrica i després farem un taller pràctic.

HUMANITATS I CIÈNCIES SOCIALS

28. CLUB DE LECTURA

Conductora: Blanca Álvarez

Preu: 15,80 €

Dies: 15 d'octubre, 19 de novembre i 10 de desembre, de 19 a 20.30 h

El club de lectura abastarà una àmplia varietat de gèneres, èpoques, cultures i registres de literatura escrita per dones. Es tracta de reunir un grup de persones interessades a posar de manifest la pluralitat de veus de les autores, que tantes vegades han quedat fora del cànon literari, per reivindicar-ne la universalitat. Un espai obert per poder comunicar, un cop al mes, experiències, sensacions i pensaments sobre el que llegim,

29. TALLER D'ESCRITURA CREATIVA

Professor: Miquel Sánchez

Taller de voluntariat

Preu: 26,20 €

Els dimarts, de 10 a 11.30 h (10 sessions)

En les classes d'aquest trimestre es treballarà el gènere literari narratiu, especialment el conte, la llegenda i la narrativa breu.

ACTIVITAT FÍSICA

30. GIMNÀSTICA POSTURAL

Professora: Irene Garcia

Preu: 35,10 €

Els dimecres, de 10 a 11 h (10 sessions)

Per modificar hàbits i pautes corporals, a partir del treball fet amb exercicis senzills que afavoreixen la flexibilitat.

31. IOGA I SALUT

Professora: Neus Alonso

Preu: 43,90 €

Opció A - **Els dimarts, de 10.00 a 11.15 h (10 sessions)**

Opció B - **Els dijous, de 16 a 17.15 h (10 sessions)**

Per afavorir la unió amb un mateix, és necessària la integració harmònica de la persona a través de la consciència, de la respiració i del moviment.

32. MÈTODE FELDENKRAIS (TALLER D'ESQUENA)

Professora: Isabel Lamas

Preu: 35,10 €

Opció A - **Els dilluns, de 10 a 11 h (10 sessions)**

Opció B - **Els dimecres, de 12 a 13 h (10 sessions)**

Classes pràctiques en què utilitzem el moviment conscient per millorar les nostres accions diàries i obtenir més harmonia, salut i benestar.

Les classes són respectuoses amb les limitacions de cadascun i intenten no produir esforç ni dolor.

Aquesta tècnica la poden practicar totes aquelles persones que vulguin millorar la seva qualitat de vida, independentment de la condició física i l'edat.

33. PILATES

Professora: Irene Garcia

Preu: 35,10 €

Els divendres, de 10 a 11 h (10 sessions)

Especialment indicat per a les persones que necessiten retrobar la mobilitat a la columna, enfortir la musculatura dels abdominals i millorar l'agilitat corporal. Treball no recomanat per a persones amb lesió a la columna ni per a les d'edat avançada.

34. PILATES-IOGA

Professora: Neus Alonso

Opció A - Els dimarts, de 11.30 a 12.45 h (10 sessions)

Preu: 43,90 €

Opció B - Els divendres, de 12 a 13 h (10 sessions)

Preu: 35,10 €

La pràctica del pilates contribueix a millorar la nostra salut, tant física com mental. També el ioga, mitjançant els seus exercicis, utilitza el poder de la ment per trobar l'harmonia amb els cos i reforçar la confiança en nosaltres mateixos.

35. TAI-TXI

Professora: M. Elena Olleta

Preu: 52,70 €

Els dilluns, de 17.30 a 19 h (10 sessions)

L'art de la meditació en moviment. Mitjançant la coordinació de moviments lents i de la respiració, promourem la flexibilitat, la sensibilitat i la vitalitat per assolir beneficis generals en la salut.

36. TÈCNICA HIPOPRESSIVA

Professora: Irene Garcia

Preu: 35,10 €

Opció A - **Els dimecres, d'11 a 12 h (10 sessions)**

Opció B - **Els divendres, d'11 a 12 h (10 sessions)**

Basada en mètodes posturals i respiratoris. Aquesta tècnica aconsegueix augmentar el to de repòs de la faixa abdominal i del sòl pelvià, veritable protector de la columna. Beneficia tots els òrgans del cos i la salut personal. Classe dinàmica amb escalfament aeròbic.

37. TXI-KUNG

Professora: M. Elena Olleta

Preu: 43,90 €

Els dijous, de 19.30 a 20.45 h (10 sessions)

Art mil·lenari basat en exercicis de relaxació, amb l'objectiu de millorar la nostra salut física, mental i espiritual, a fi de prendre més consciència de nosaltres mateixos. El txi-kung és l'antídote ideal contra l'estrès i per aconseguir ser més feliços.

38. ZUMBA

Professora: Mercè Pastor

Preu: 35,10 €

Els dijous, de 10 a 11 h (10 sessions)

Classes dinàmiques i divertides per moure el cos i cremar calories ballant. La música llatina, simpàtica i divertida, ens portarà a desenvolupar exercicis senzills que fan la classe entretinguda.

SALUT I CREIXEMENT PERSONAL

39. MEMÒRIA I SALUT

Professora: Rosa M. Miró

Preu: 52,70 €

Els dilluns, de 16 a 17.30 h (10 sessions)

Es facilita el coneixement d'habilitats per prevenir i/o millorar les absències de memòria, mitjançant l'entrenament per enriquir la nostra vida quotidiana, l'autonomia, la comunicació i la salut personal.

40. RELAXA EL COS I LA MENT

Professora: M. Elena Olleta

Preu: 52,70 €

Els dimarts, de 16 a 17.30 h (10 sessions)

Tècniques per aprendre a respirar i a relaxar-nos. Exercicis d'automassatge i meditacions bàsiques per crear un espai mental de silenci i pau. Senzillament, un espai per aprendre a estar bé amb nosaltres mateixos..

INFORMÀTICA I MULTIMÈDIA

41. ANDROID, WHATSAPP I GOOGLE MAPS

Professora: Suky Harrak

Preu: 52,70 €

Els dilluns, de 18 a 19.30 h (10 sessions)

L'objectiu d'aquest taller és aprendre a utilitzar el teu dispositiu mòbil i treure'n el major profit possible, mitjançant funcionalitats bàsiques i l'ús d'aplicacions com Whatsapp i Google Maps.

Si vols aprendre a ser autodidacte amb el teu telèfon mòbil mitjançant diferents funcionalitats, conèixer totes les opcions de comunicació que té Whatsapp i enviar la teva ubicació si et perds o navegar pel món de forma ràpida i senzilla amb Google Maps, entre d'altres aspectes molt interessants...

T'hi esperem!

42. TECNOLOGIA PER AL DIA A DIA

Professora: Suky Harrak

Preu: 52,70 €

Els dilluns, de 19.30 a 21 h (10 sessions)

Si habitualment et trobes amb moltes situacions tecnològiques difícils d'afrontar, aquest és el teu taller!

En aquestes 10 sessions aprendrem funcionalitats molt necessàries en el nostre dia a dia, com per exemple, comprar per Internet, realitzar pagaments amb el nostre telèfon mòbil, gestionar el correu electrònic mitjançant l'ordinador i el telèfon mòbil, utilitzar el nostre ordinador, optimitzar la memòria del telèfon intel·ligent i dominar aplicacions com Wallapop, Facebook, Instagram entre d'altres. T'hi esperem!

LLOGUER DE SALES

Si necessiteu algun espai per fer reunions, conferències, presentació de llibres, assaigs, etc., podeu sol·licitar les sales del nostre Casal, atès que disposem de diversos espais que, de ben segur, s'adequaran a les vostres necessitats. Consulteu condicions, preus i disponibilitat a Secretaria, al telèfon 932131451.

Amb la col·laboració del Consorci per a la Normalització Lingüística de Barcelona,
Delegació de Gràcia i Sarrià-Sant Gervasi