



Activa't

Octubre 2018
Gener 2019

+60
anys



AJUNTAMENT DE BARBERÀ DEL VALLÈS

www.bdv.cat

XERRADA INAUGURAL: EXISTEIXEN LES ÀVIES I AVIS ESCLAUS?

Sònia Díaz (Sociòloga)
Dimarts 2 d'Octubre
a les 10.30 h
Biblioteca Esteve Paluzie

Cal recollir
entrades a l'OAC
a partir del
17 de setembre
Gratuït

CHARLA INAUGURAL: ¿EXISTEN LAS ABUELAS Y ABUELOS ESCLAVOS?

Sònia Díaz (Sociòloga)
Martes, 2 de octubre
a las 10.30 h
Biblioteca Esteve Paluzie

Hace falta
recoger
entradas en la
OAC a partir del
17 de septiembre
Gratuito

ACTIVITAT FÍSICA I SALUDABLE

GIMNÀSTICA

Professora dels grups 1 a 4: Mely Cabrera
Professora grup 5: Sònia Ortega
Grup 1 . Centre cívic Ca n'Amiguet
Dimecres i divendres, de 10.30 a 11.15 h
Inici 3 d'octubre

Grup 2. Centre cívic Ca n'Amiguet
Dimarts i dijous, de 16 a 16.45 h
Inici 4 d'octubre

Grup 3. Centre cívic Ca n'Amiguet
Dimecres i divendres, d'11.15 a 12 h
Inici 3 d'octubre

Grup 4. Torre d'en Gorgs
Dimecres i divendres, de 9.15 a 10 h
Inici 3 d'octubre

Grup 5. Torre d'en Gorgs
Dimarts i dijous, d'11.30 a 12.15 h
Inici 4 d'octubre

TXI KUNG

Professora Loreley Batista
Grup 1. Centre cívic Ca n'Amiguet
Dimecres i divendres, de 9.30 a 10.30 h
Inici 3 d'octubre

Grup 2. Centre cívic Ca n'Amiguet
Dimarts i dijous, d'11.30 a 12.30 h
Inici 4 d'octubre

ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUDABLE

GIMNASIA

Profesora de los grupos 1 a 4: Mely Cabrera
Profesora grupo 5: Sònia Ortega
Grupo 1 . Centro cívic Ca n'Amiguet
Miércoles y viernes, de 10.30 a 11.15 h
Inicio 3 de octubre

Grupo 2. Centro cívic Ca n'Amiguet
Martes y jueves, de 16 a 16.45 h
Inicio 4 de octubre

Grupo 3. Centro cívic Ca n'Amiguet
Miércoles y viernes, de 11.15 a 12 h
Inicio 3 de octubre

Grupo 4. Torre d'en Gorgs
Miércoles y viernes, de 9.15 a 10 h
Inicio 3 de octubre

Grupo 5. Torre d'en Gorgs
Martes y jueves, de 11.30 a 12.15 h
Inicio 4 de octubre

CHI KUNG

Profesora Loreley Batista
Grupo 1. Centro cívic Ca n'Amiguet
Miércoles y viernes, de 9.30 a 10.30 h
Inicio 3 de octubre

Grupo 2. Centro cívic Ca n'Amiguet
Martes y jueves, de 11.30 a 12.30 h
Inicio 4 de octubre

MOVIMENT CONSCIENT I RELAXACIÓ

En aquest curs treballaràs cos i ment, i ajudaràs a crear una consciència corporal. A través d'exercicis de respiració i estiraments podràs arribar a la relaxació i a una descoberta interior.

Professora: Eli Osorio
Dimarts, de 9.30 a 11 h
Inici 9 d'octubre
Torre d'en Gorgs

COMPTE I CAMINA:

Les passejades que sumen

Caminarem i farem exercici físic als diferents parcs de Barberà. L'entrenadora t'ensenyarà a calcular quant camines la resta de la setmana per marcar uns objectius adequats a tu.

Professora: Eli Osorio
Dijous, de 9.30 a 11 h
Inici 4 d'octubre
Punt de trobada primer dia:
Centre cívic Ca n'Amiguet

i Imprescindible assistir el primer dia de classe. El punt de partida de les caminades es farà des dels diferents parcs de Barberà.

MOVIMIENTO CONSCIENTE Y ESTIRAMIENTOS

En este curso trabajarás cuerpo y mente, y ayudarás a crear conciencia corporal. Por medio de ejercicios de respiración y estiramientos podrás llegar a la relajación y a una descubierta interior.

Profesora: Eli Osorio
Martes, de 9.30 a 11 h
Inicio 9 de octubre
Torre d'en Gorgs

CUENTA Y CAMINA:

Los paseos que suman

Caminaremos y haremos ejercicio físico por los parques de Barberà. La entrenadora te enseñará a calcular cuánto caminas el resto de la semana para marcar unos objetivos adecuados a ti.

Profesora: Eli Osorio
Jueves, de 9.30 a 11 h
Inicio 4 de octubre
Punto de encuentro primer día:
Centro cívic Ca n'Amiguet

i Imprescindible asistir el primer día de clase. El punto de partida de las caminatas se hará desde los diferentes parques de Barberà.



ACTIVITAT FÍSICA I SALUDABLE

BALLS EN LÍNIA

Taller obert + 45

T'agrada ballar?

Vine a aquest taller on podràs gaudir dels diferents ritmes i coreografies, des dels balls de saló més clàssics passant pels balls llatins fins els més actuals.

Professora: **Mar González**
Dimarts, de 17 a 18 h
Inici 16 d'octubre (14 sessions)
Torre d'en Gorgs
Preu: 21€

i No cal portar parella de ball. El nivell d'intensitat de les classes és suau i està adaptat per a persones de +60 anys.



FITNESS A L'AIRE LLIURE

Ejercicios de resistencia aeróbica, fuerza, flexibilidad i coordinació, adaptable segons el nivell de les persones participants.

Professora: **Belén Sánchez**
Dimarts i dijous, de 10 a 11 h
Inici 4 d'octubre
Pista d'Atletisme. Instal·lació Esportiva Municipal Can Llobet

i Els dies de pluja l'activitat es farà a l'interior de les instal·lacions.

ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUDABLE

BAILES EN LÍNIA

Taller abierto + 45

¿Te gusta bailar?

Ven a este taller donde podrás disfrutar de los diferentes ritmos y coreografías, des de bailes de salón más clásicos pasando por los bailes latinos hasta los más actuales.

Profesora: **Mar González**
Martes, de 17 a 18 h
Inicio 16 de octubre (14 sesiones)
Torre d'en Gorgs
Precio: 21€

i No es necesario tener pareja de baile. El nivel de intensidad de las clases es suave y adaptado a personas de + de 60 años.

FITNESS AL AIRE LIBRE

Ejercicios de resistencia aeróbica, fuerza, flexibilidad y coordinación, utilizando movimientos globales de dificultad aceptable según el nivel de las personas participantes.

Profesora: **Belén Sánchez**
Martes y jueves, de 10 a 11 h
Inicio 4 de octubre
Pistas de Atletismo. Instalación Deportiva Municipal Can Llobet

i Los días de lluvia la actividad se hará en el interior de las instalaciones.



ZUMBA SUAU

Taller obert + 45

Professora: **Sònia Ortega**
Dilluns i dimecres, de 17 a 18 h
Inici 15 d'octubre (28 sessions)
Torre d'en Gorgs
Preu: 35€

i El nivell d'intensitat de les classes és suau i està adaptat per a persones de +60 anys.

GIMNÀSTICA SUAU

(Gimnàstica amb cadires)

Mitjançant moviments executats amb calma i suavitat, podràs millorar la mobilitat i la condició física.

Professora: **Eli Osorio**
Grup 1. Espai Gran Ca n'Amiguet
Dimarts, d'11.30 a 12.30 h
Inici 9 d'octubre
Grup 2. Espai Gran Centre
Dijous, de 11.30 a 12.30h
Inici 4 d'octubre

i Especialment indicat per a persones que tenen mobilitat reduïda o que per motius de salut han de fer exercicis suaus.



ZUMBA SUAVE

Taller abierto + 45

Profesora: **Sònia Ortega**
Lunes y miércoles, de 17 a 18 h
Inicio 15 de octubre (28 sesiones)
Torre d'en Gorgs
Precio: 35€

i El nivel de intensidad de las clases es suave y está adaptado para personas de +60 años.

GIMNASIA SUAVE

(Gimnasia con sillas)

Mediante movimientos ejecutados con calma y suavidad, podràs mejorar la movilidad y la condición física.

Profesora: **Eli Osorio**
Grupo 1: Espai Gran Ca n'Amiguet
Martes, de 11.30 a 12.30 h
Inicio 9 de octubre
Grupo 2: Espai Gran Centre
Jueves, de 11.30 a 12.30h
Inicio 4 de octubre

i Especialmente indicado para personas que tienen movilidad reducida o que por motivos de salud deben hacer ejercicios suaves.

EXPRESSIÓ I CREATIVITAT

DECOUPAGE I TRANSFERÈNCIES

Professora: Roser Serra
Dilluns, de 16 a 18 h
Inici 8 d'octubre
Espai Gran Centre
Material a càrrec de l'alumnat



DECORAR ROBA AMB PINTURA I FELTRE

Professora: Roser Serra
Dimecres, de 16 a 18 h
Inici 3 d'octubre
Espai Gran Ca n'Amiguet
Material a càrrec de l'alumnat



EXPRESIÓN Y CREATIVIDAD

DECOUPAGE Y TRANSFERÈNCIES

Profesora: Roser Serra
Lunes, de 16 a 18 h
Inicio 8 de octubre
Espai Gran Centre
Material a cargo del alumnado



DECORAR ROPA CON PINTURA Y FIELTRO

Profesora: Roser Serra
Miércoles, de 16 a 18 h
Inicio 3 de octubre
Espai Gran Ca n'Amiguet
Material a cargo del alumnado



GRUP CAFÈ LABORS (Compartim labors)

Saps fer labors i t'agradaria fer-les amb companyia? Voldries compartir els teus coneixements i aprendre'n de nous? Podràs passar una bona estona tot aprenent amb la resta del grup.

Assessorament puntual de la professora Roser Serra
Grup 1: Espai Gran Centre
Grup 2: Espai Gran Ca n'Amiguet
Dijous de 16 a 17.30 h
Primera reunió: 4 d'octubre

PLÀSTIC MÀGIC

Material que permet fer-te diferents peces de bijuteria, com anells, collarets, polseres, així com clauers, fermalls, adorns i tot tipus de creacions de plàstic decorades com més t'agradin.

Professora: Roser Serra
Dimarts, de 16.30 a 18.30 h
Inici 9 d'octubre (6 sessions)
Casal de Can Gorgs
Material a càrrec de l'alumnat



PINTURA ACRÍLICA

Professora: Charo Moreno
Dijous, de 17 a 19 h
Inici 18 d'octubre (12 sessions)
Casal de Can Gorgs
Preu: 30€
Material a càrrec de l'alumnat

GRUPO CAFÉ LABORES (Compartimos labores)

¿Sabes hacer labores y te gustaría hacerlas en compañía? ¿Quisieras compartir tus conocimientos y aprender de nuevos? Podrás pasar un buen rato aprendiendo con el resto del grupo.

Asesoramiento puntual de la profesora Roser Serra
Grupo 1: Espai Gran Centre
Grupo 2: Espai Gran Ca n'Amiguet
Jueves de 16 a 17.30 h
Primera reunión: 4 de octubre



PLÁSTICO MÁGICO

Material que permite hacerte diferentes piezas de bisutería, como anillos, collares, pulseras, así como llaveros, broches, adorns y todo tipo de creaciones de plástico decoradas como más te gusten.

Profesora: Roser Serra
Martes, de 16.30 a 18.30 h
Inicio 9 de octubre (6 sesiones)
Casal de Can Gorgs
Material a cargo del alumnado

PINTURA ACRÍLICA

Profesora: Charo Moreno
Jueves, de 17 a 19 h
Inicio 18 de octubre (12 sesiones)
Casal de Can Gorgs
Precio: 30€
Material a cargo del alumnado

SABER PER COMPARTIR

Activitats amb valor afegit

BOSSES AMB COR

Taller obert + 30

Fes una bossa de roba i col·labora amb els infants més petits. Aprenderàs a fer una bossa de roba decorada com més t'agradi. Després les compartirem amb els infants d'una llar de Barberà tot gaudint d'un esmorzar plegats.

Professora: **Roser Serra**
Dimarts, de 17 a 19 h
Inici 20 de novembre (4 sessions)
Espai Gran Ca n'Amiguet

i L'horari de l'última sessió es realitzarà en horari de matí.



SABER PARA COMPARTIR

Actividades con valor añadido

BOLSAS CON CORAZÓN

Taller abierto + 30

Haz una bolsa de ropa y colabora con los más pequeños. Aprenderás a hacer una bolsa de tela decorada como más te guste. Después las compartiremos con los niños de una guardería de Barberà disfrutando de un desayuno juntos.

Profesora: **Roser Serra**
Martes, de 17 a 19 h
Inicio 20 de noviembre (4 sesiones)
Espai Gran Ca n'Amiguet

i El horario de la última sesión se realizará por la mañana.



FORMACIÓ I RECURSOS



GUITARRA ESPANYOLA

Taller obert + 30

Inicia't en aquest instrument d'una manera pràctica, interpretant les teves cançons preferides.

Professor: **Dani Quintana**
Dijous de 17 a 18.30 h
Inici 18 d'octubre (12 sessions)
Escola Miquel Martí i Pol
Preu: 27€

i Cal portar una guitarra espanyola.

FORMACIÓN Y RECURSOS

GUITARRA ESPAÑOLA

Taller abierto + 30

Acercamiento al instrumento de una manera pràctica, interpretando melodías y piezas musicales.

Profesor: **Dani Quintana**
Jueves de 17 a 18.30 h
Inicio 18 de octubre (12 sesiones)
Escuela Miquel Martí i Pol
Precio: 27€

i Es necesario traer una guitarra española.

LA PRESA DE DECISIONS I LA GESTIÓ DE L'ESTRÈS

La jubilació no és sinònim de tranquil·litat. Sovint tenim obligacions familiars i personals que també poden generar estrès o tensió. Aprendre a prioritzar necessitats i prendre encertadament les decisions ajuda a tenir cura d'un mateix. Aprenderàs recursos per gestionar els límits i les emocions. Hi haurà també una part pràctica d'exercicis de ioga i respiració per calmar la ment.

Professora: **Anna Ortiz**
Dijous, de 10.30 a 12.30h
Inici 18 d'octubre (4 sessions)
Casal de Can Gorgs

POSA EN GUÀRDIA LA TEVA MENT

Professora: **Loreley Batista**
Grup 1. Espai Gran Ca n'Amiguet
Divendres, de 10.30 a 12 h
Inici 5 d'octubre
Grup 2. Casal de Cultura
Dimarts, de 9.30 a 11 h
Inici 9 d'octubre
Grup 3. Casal de Can Gorgs
Dimecres, de 10.45 a 12.15 h
Inici 3 d'octubre
Grup 4. Espai Gran Centre
Dijous, de 9.30 a 11 h
Inici 4 d'octubre

i Aquests tallers no són adequats per a persones que pateixen malalties degeneratives.

CANT CORAL

Direcció: **M^a del Mar Lara**
Dilluns, de 9.30 a 12 h
Inici 8 d'octubre
Centre cívica Ca n'Amiguet

LA TOMA DE DECISIONES Y LA GESTIÓN DEL ESTRÉS

La jubilación no es sinónimo de tranquilidad. Tenemos obligaciones familiares y personales que también pueden generar estrés o tensión. Aprender a priorizar necesidades y a tomar decisiones acertadas ayuda a tener cura de uno mismo. Aprenderás recursos para gestionar los límites y las emociones. Habrá una parte práctica de ejercicios de yoga y respiración para calmar la mente.

Profesora: **Anna Ortiz**
Jueves, de 10.30 a 12.30h
Inicio 18 de octubre (4 sesiones)
Casal de Can Gorgs

PON EN GUARDIA TU MENTE

Profesora: **Loreley Batista**
Grupo 1. Espai Gran Ca n'Amiguet
Viernes, de 10.30 a 12 h
Inicio 5 de octubre
Grupo 2. Casal de Cultura
Martes, de 9.30 a 11 h
Inicio 9 de octubre
Grupo 3. Casal de Can Gorgs
Miércoles, de 10.45 a 12.15 h
Inicio 3 de octubre
Grupo 4. Espai Gran Centre
Jueves, de 9.30 a 11 h
Inicio 4 de octubre

i Estos talleres no son adecuados para personas que sufren enfermedades degenerativas.

CANTO CORAL

Dirección: **M^a del Mar Lara**
Lunes, de 9.30 a 12 h
Inicio 8 de octubre
Centro cívica Ca n'Amiguet



FORMACIÓ I RECURSOS



FORMACIÓN Y RECURSOS

TALLER D'AUTOMASSATGE

Aprenderàs tècniques molt senzilles de massatge per aplicar-te tu mateix, per alleujar dolors i relaxar-se.

Professora: **Belén Sánchez**
Dijous, d'11.30 a 12.30 h
Inici 18 d'octubre (5 sessions)
Espai Gran Ca n'Amiguet
Preu: 10€

TALLER DE AUTOMASAJE

Aprenderás técnicas muy sencillas de masaje para aplicarte tu mismo, para aliviar dolores y relajarse.

Profesora: **Belén Sánchez**
Jueves, de 11.30 a 12.30 h
Inicio 18 de octubre (5 sesiones)
Espai Gran Ca n'Amiguet
Precio: 10€

INICIACIÓ A L'ESCRITURA CREATIVA

Taller obert + 30

Aprèn tècniques narratives senzilles per començar a endinsar-te en el món de l'escriptura.

A càrrec d'**Escriptorium**
Dimarts, de 17 a 19 h
Inici 13 de novembre (3 sessions)
Casal de Can Gorgs
Preu: 12€

INICIACIÓN A LA ESCRITURA CREATIVA

Taller abierto + 30

Aprende técnicas narrativas sencillas para empezar a descubrir el mundo de la escritura.

A cargo de **Escriptorium**
Martes, de 17 a 19 h
Inicio 13 de noviembre (3 sesiones)
Casal de Can Gorgs
Precio: 12€

ESCRITURA CREATIVA (Nivell avançat)

A càrrec d'**Escriptorium**
Dilluns, de 9.30 a 12.30 h (8 i 22 d'octubre, 5 i 19 de novembre, 3 i 17 de desembre i 14 i 28 de gener)
Espai Gran Centre
Preu: 30€

i Cal haver participat anteriorment al taller d'iniciació a l'escriptura.

ESCRITURA CREATIVA (Nivel avanzado)

A cargo de **Escriptorium**
Lunes, de 9.30 a 12.30 h (8 y 22 de octubre, 5 y 19 de noviembre, 3 y 17 de diciembre y 14 y 28 de enero)
Espai Gran Centre
Precio: 30€

i Es necesario haber cursado anteriormente el taller de iniciación a la escritura.

INICIACIÓ A LA FOTOGRAFIA

T'agrada fer fotografies amb qualitat? En aquest taller podràs aprendre tècniques de llum, composició, així com recursos per fer fotografies segons la temàtica.

Professor: **Sergi Canet**
Divendres, de 9.30 a 11.30h
Inici 19 d'octubre (8 sessions)
Espai Gran Centre
Preu: 24€

i Cal disposar d'una càmera digital.

INICIACIÓN A LA FOTOGRAFÍA

¿Te gustaría hacer fotografías con calidad? En este taller podrás aprender técnicas de luz, composición, así como recursos para hacer fotografías según la temática.

Profesor: **Sergi Canet**
Viernes, de 9.30 a 11.30h
Inicio 19 de octubre (8 sesiones)
Espai Gran Centre
Precio: 24€

i Hay que disponer de una cámara digital.

REEDUCACIÓ CORPORAL

Els mals hàbits i vicis posturals provoquen dolors i malestar general. La consciència del propi cos és molt important. Aprenderàs exercicis preventius pel teu dia a dia.

Professora: **Belén Sánchez**
Dijous, d'11.30 a 12.30h
Inici 22 de novembre (8 sessions)
Espai Gran Ca n'Amiguet
Preu: 16€

REEDUCACIÓN CORPORAL

Los malos hábitos y vicios posturales provocan dolores y malestar general. La conciencia del propio cuerpo es muy importante. Aprenderás ejercicios preventivos para el día a día.

Profesora: **Belén Sánchez**
Jueves, de 11.30 a 12.30h
Inicio 22 de noviembre (8 sesiones)
Espai Gran Ca n'Amiguet
Precio: 16€

L'OFICI DE JUBILAR-SE

Taller obert + 55

Et fa por la jubilació o sents que passen els anys i t'estàs desanimant perquè no és tal com pensaves...

Descobriràs les claus per afrontar els nous reptes de salut, família, ús del temps, etc. Posarem en pràctica noves estratègies per passar del desànim a la saviesa i la qualitat de vida.

Professor: **Eduard Verge**
(educador i gerontòleg)
Dimecres, de 17.30 a 19h
Inici 10 d'octubre (14 sessions)
Espai Gran Ca n'Amiguet

EL OFICIO DE JUBILARSE

Taller abierto + 55

Te da miedo la jubilación o sientes que pasan los años y te estás desanimando porque no es como pensabas...

Descubrirás las claves para afrontar los nuevos retos de salud, familia, uso del tiempo, etc. Pondremos en práctica nuevas estrategias para pasar del desánimo a la sabiduría y la calidad de vida.

Profesor: **Eduard Verge**
(educador y gerontólogo)
Miércoles, de 17.30 a 19h
Inicio 10 de octubre (14 sesiones)
Espai Gran Ca n'Amiguet

CULTURA DIGITAL

Professor cultura digital: **Óscar Nicolás**

INFORMÀTICA BÀSICA

Dilluns i dimecres, d'11.30 a 13 h
Inici 3 d'octubre
Espai Gran Centre

i Per a persones que no han fet servir mai un ordinador o que no poden fer-ho de manera autònoma. No es poden apuntar persones que ja l'hagin cursat anteriorment.

INTERNET BÀSIC

Dimarts i dijous, de 9.30 a 11 h
Inici 4 d'octubre
Espai Gran Centre

TREU PARTIT AL TEU MÒBIL

Descobreix les aplicacions més útils i pràctiques.

Dimecres, de 9.30 a 11 h
Inici 17 d'octubre (7 sessions)
Espai Gran ca n'Amiguet
Preu: 15,75€

CALENDARI DE FOTOS

Taller obert + 45

Fes-te un calendari del nou any amb les teves millors fotos.

Divendres, d'11.30 a 13 h
Inici 23 de novembre (3 sessions)
Casal Can Gorgs
Preu: 9€

CULTURA DIGITAL

Profesor cultura digital: **Óscar Nicolás**

INFORMÁTICA BÁSICA

Lunes y miércoles, de 11.30 a 13 h
Inicio 3 de octubre
Espai Gran Centre

i Para personas que no han utilizado nunca un ordenador o que no pueden hacerlo de manera autónoma. No se pueden apuntar personas que ya hayan participado anteriormente en este curso.

INTERNET BÁSICO

Martes y jueves, de 9.30 a 11 h
Inicio 4 de octubre
Espai Gran Centre

SACA PARTIDO A TU MÓVIL

Descubre las aplicaciones más útiles y prácticas

Miércoles, de 9.30 a 11 h
Inicio 17 de octubre (7 sesiones)
Espai Gran ca n'Amiguet
Preu: 15,75€

CALENDARIO DE FOTOS

Taller abierto + 45

Hazte un calendario del nuevo año con tus mejores fotos.

Viernes, de 11.30 a 13 h
Inicio 23 de noviembre (3 sesiones)
Casal Can Gorgs
Preu: 9€

RECICLA'T!

Encara no et sents segur davant l'ordinador? Podràs reciclar-te i avançar en els teus coneixements.

Dijous, d'11.30 a 13 h
Inici 18 d'octubre (12 sessions)
Biblioteca Esteve Paluzie
Preu: 27€

TREU PARTIT A LA TEVA TAULETA

Descobreix les aplicacions més útils i pràctiques

Dimecres, de 9.30 a 11 h
Inici 5 de desembre (5 sessions)
Espai Gran ca n'Amiguet
Preu: 13,5€

PRIVACITAT I SEGURETAT A INTERNET

Taller obert + 45

Consells i bones pràctiques per a navegar per internet de manera segura.

Dimarts, d'11.30 a 13 h
Inici 8 de gener (4 sessions)
Biblioteca Esteve Paluzie
Preu: 10,80€

ÀLBUM DE FOTOS DIGITAL

Taller obert + 45

Aprenderàs a ordenar les teves millors fotos en un àlbum digital per tenir ben guardats els teus records.

Divendres, de 10 a 11.30 h
Inici 19 d'octubre (12 sessions)
Casal de Can Gorgs
Preu: 27€

¡RECICLATE!

¿Todavía no te sientes seguro delante del ordenador? Podrás reciclarte y avanzar en tus conocimientos.

Jueves, de 11.30 a 13 h
Inicio 18 de octubre (12 sesiones)
Biblioteca Esteve Paluzie
Precio: 27€

SACA PARTIDO A TU TABLETA

Descubre las aplicaciones más útiles y prácticas.

Miércoles, de 9.30 a 11 h
Inicio 5 de diciembre (5 sesiones)
Espai Gran ca n'Amiguet
Precio: 13,5€

PRIVACIDAD Y SEGURIDAD EN INTERNET

Taller abierto + 45

Consejos y buenas prácticas para navegar por internet de forma segura.

Martes, de 11.30 a 13 h
Inicio 8 de enero (4 sesiones)
Biblioteca Esteve Paluzie
Precio: 10,80€

ALBUM DE FOTOS DIGITAL

Taller abierto + 45

Aprenderás a ordenar tus mejores fotos en un álbum digital para tener bien guardados tus recuerdos.

Viernes, de 10 a 11.30 h
Inicio 19 de octubre (12 sesiones)
Casal de Can Gorgs
Precio: 27€

CULTURA DIGITAL

CONNECTA'T A FACEBOOK

Dimarts, d'11.30 a 13 h
Inici 16 d'octubre (8 sessions)
Biblioteca Esteve Paluzie
Preu: 18€

MILLORA EL RENDIMENT DEL TEU PORTÀTIL

Taller
obert + 45

Divendres, d'11.30 a 13 h
Inici 19 d'octubre (5 sessions)
Casal Can Gorgs
Preu: 15€

SERVEI D'ASSESSORAMENT INFORMÀTIC +60

Un professor especialitzat us podrà ajudar i assessorar a resoldre dubtes que tingueu amb l'ordinador o la tauleta.

Tots els dilluns de 9.30 a 11.30 h
a l'Espai Gran Centre
Inici 8 d'octubre

Condicions d'us del servei:

- Servei gratuït
- Assessorament puntual de dubtes informàtics
- Aforament limitat (8 persones com a màxim)
- No es resoldran qüestions tècniques relacionades amb el maquinari

PUNT INFORMÀTIC OBERT

És un servei que permet tenir 8 ordinadors amb connexió a internet a la teva disposició.

Espai Gran Centre:

De 16 a 19h de dilluns a divendres

CULTURA DIGITAL

CONECTATE AL FACEBOOK

Martes, de 11.30 a 13 h
Inici 16 de octubre (8 sesiones)
Biblioteca Esteve Paluzie
Precio: 18€

MEJORA EL RENDIMIENTO DE TU PORTÁTIL

Taller
abierto + 45

Viernes, de 11.30 a 13 h
Inici 19 de octubre (5 sesiones)
Casal Can Gorgs
Precio: 15€

SERVICIO DE ASESORAMIENTO INFORMÁTICO +60

Un profesor especializado os podrá ayudar y asesorar a resolver dudas que tengáis con el ordenador o la tableta.

Todos los lunes de 9.30 a 11.30 h
en el Espai Gran Centre
Inici 8 de octubre

Condiciones de uso del servicio:

- Servicio gratuito
- Asesoramiento puntual de dudas informáticas
- Aforo limitado (8 personas como máximo)
- No se resolverán cuestiones técnicas relacionadas con la maquinaria

PUNTO INFORMÁTICO ABIERTO

Es un servicio que permite tener 8 ordenadores con conexión a internet a tu disposición

Espai Gran Centre:

De 16 a 19h de lunes a viernes

VISITES CULTURALS

ITINERARI DE NATURA: LA FAGEDA D'EN JORDÀ

Divendres 19 d'octubre de 2018

Hora de sortida: 8.15 h
Lloc de sortida: Plaça Josep Badia (Estació de Renfe)
Hora de tornada (aprox.): 15 h
Distància: 7 km 100m desnivell
Preu: 6€

i La distància especificada és aproximada. Imprescindible utilitzar calçat esportiu o de muntanya. Ens reservem el dret de canviar la data en funció de la climatologia.



MUNTANYA DE SAL DE CARDONA

Dimecres, 7 de novembre de 2018

Hora de sortida: 9 h
Lloc de sortida: Plaça Josep Badia (Estació de Renfe)
Hora de tornada (aprox.): 14.30h
Preu: 6€

VISITAS CULTURALES

ITINERARIO DE NATURALEZA: LA FAGEDA D'EN JORDÀ

Viernes, 19 de octubre de 2018

Hora de salida: 8.15 h
Lugar de salida: Plaza Josep Badia (Estación de Renfe)
Hora de regreso (aprox.): 15 h
Distancia: 7 km 100m desnivell
Precio: 6€

i La distancia especificada es aproximada. Imprescindible utilizar calzado deportivo o de montaña. Nos reservamos el derecho de cambiar la fecha en función de la climatología.



MUNTANYA DE SAL DE CARDONA

Miércoles, 7 de noviembre de 2018

Hora de salida: 9 h
Lugar de salida: Plaza Josep Badia (Estación de Renfe)
Hora de regreso (aprox.): 14.30h
Precio: 6€



VISITES CULTURALS

ELS SECRETS DEL LICEU

Divendres, 23 de novembre de 2018

Descobriràs els espais interiors del Gran teatre del Liceu.

Hora de sortida: 9.15 h

Lloc de sortida: Plaça Josep Badia (Estació de Renfe)

Hora de tornada (aprox.): 14.30 h

Preu: 10€



ELS ESPAIS OCULTS DEL TEATRE NACIONAL DE CATALUNYA

Divendres, 14 de desembre de 2018

Vols conèixer què hi ha darrera d'un escenari? Visitarem els camerinos, les sales d'assaig, el magatzem i tots els secrets que s'amaguen quan s'abaixa el teló.

Hora de sortida: 9.15 h

Lloc de sortida: Plaça Josep Badia (Estació de Renfe)

Hora de tornada (aprox.): 14.30 h

Preu: 6€

VISITAS CULTURALES



LOS SECRETOS DEL LICEU

Viernes, 23 de noviembre de 2018

Descubrirás los espacios interiores del Gran teatre del Liceu.

Hora de salida: 9.15 h

Lugar de salida: Plaza Josep Badia (Estación de Renfe)

Hora de regreso (aprox.): 14.30 h

Precio: 10€



LOS ESPACIOS OCULTOS DEL TEATRE NACIONAL DE CATALUNYA

Viernes, 14 de diciembre de 2018

¿Quieres conocer que hay detrás de un escenario? Visitaremos los camerinos, las salas de ensayo, el almacén y todos los secretos que se esconden cuando cae el telón.

Hora de salida: 9.15 h

Lugar de salida: Plaza Josep Badia (Estación de Renfe)

Hora de regreso (aprox.): 14.30 h

Precio: 6€

EL MODERNISME DE PUIG I CADALFACH A MATARÓ

Dijous, 10 de gener de 2019

Farem un recorregut pel casc antic de Mataró, passant per la casa natal de Puig i Cadafalch, el mercat del rengle i la Basílica de Santa Maria, fins arribar a la Casa Coll i Regàs, obra de l'arquitecte i declarada bé d'interès cultural.

Hora de sortida: 9.15h

Lloc de sortida: Plaça Josep Badia (Estació de Renfe)

Hora de tornada (aprox.): 14.30 h

Preu: 6€



MONESTIR DE PEDRALBES

Dijous, 24 de gener de 2019

Hora de sortida: 9.45h

Lloc de sortida: Plaça Josep Badia (Estació de Renfe)

Hora de tornada (aprox.): 14 h

Preu: 6€



EL MODERNISMO DE PUIG I CADALFACH EN MATARÓ

Jueves, 10 de enero de 2019

Haremos un recorrido por el casco antiguo de Mataró, pasando por la casa natal de Puig i Cadafalch, el mercado del rengle y la Basílica de Santa Maria, hasta llegar a la Casa Coll i Regàs, obra del arquitecto y declarada bien de interés cultural.

Hora de salida: 9.15h

Lugar de salida: Plaza Josep Badia (Estación de Renfe)

Hora de regreso (aprox.): 14.30 h

Precio: 6€



MONASTERIO DE PEDRALBES

Jueves, 24 de enero de 2019

Hora de salida: 9.45h

Lugar de salida: Plaza Josep Badia (Estación de Renfe)

Hora de regreso (aprox.): 14 h

Precio: 6€

Tallers oberts

Places sobrants disponibles per a persones adultes de menys de 60 anys

(consultar a la descripció de cada activitat les edats adequades)

Inscripcions per als adults: 3, 4 i 5 d'octubre de 10 a 18 h

OAC Passeig Dr. Moragas, 224

INFORMACIÓ GENERAL

- És necessari presentar el carnet de Barberà Gran per fer la preinscripció i la inscripció.
- Les places són limitades.
- Les baixes s'hauran de notificar a les OAC mitjançant una instància.
- Segons normativa que serà lliurada el primer dia de curs, la no assistència reiterada comportarà la baixa d'ofici.
- Per motius aliens a l'organització, les activitats podran tenir variacions.
- L'organització es reserva el dret d'anul·lar les activitats que no tinguin un nombre mínim de participants.
- Per poder facilitar l'accés del màxim de persones possibles, en alguns blocs s'ha restringit el nombre d'activitats a les que es poden inscriure.

PAGAMENT

- Al formalitzar la inscripció es lliurarà un document on constaran els cursos als que ha quedat apuntat/da i un full de liquidació amb l'import a pagar.
- En aquell mateix moment es farà una reserva de plaça i vostè adquirirà l'**obligació a pagar el preu estipulat** a les ordenances municipals.
- Haurà d'anar al seu banc o caixa amb el full de liquidació i fer el pagament **durant els 10 dies naturals posteriors a la data d'inscripció. Un cop finalitzat aquest termini s'aplicaran els recàrrecs legals corresponents.**
- **No es faran devolucions** dels imports, exceptuant aquells casos en que el taller o curs quedi anul·lat.

Talleres abiertos

Plazas sobrantes disponibles para personas adultas de menos de 60 años

(consultar en la descripción de cada actividad las edades adecuadas)

Inscripciones para adultos: 3, 4 y 5 de octubre, de 10 a 18h

OAC Paseo Dr. Moragas, 224

INFORMACIÓN GENERAL

- Es necesario presentar el carné de Barberà Gran para hacer la preinscripción y la inscripción.
- Las plazas son limitadas.
- Las bajas deberán notificarse a la OAC mediante una instancia.
- Según normativa que será entregada el primer día de curso, la no asistencia reiterada a las actividades comportará la baja de oficio.
- Por motivos ajenos a la organización, las actividades podrán tener variaciones.
- La organización se reserva el derecho de anular las actividades que no tengan un número mínimo de participantes.
- Para poder facilitar el acceso del máximo de personas posibles, en algunos bloques se ha restringido el número de actividades en las que se pueden inscribir.

PAGO

- En el momento de hacer la inscripción se entregará un documento donde constarán los cursos a los que ha quedado apuntado/a y una carta de pago con el importe a pagar.
- En el mismo momento se hará una reserva de plaza y usted tendrá la **obligación de pagar el precio estipulado** en las ordenanzas municipales.
- Deberá ir a su banco o caja con la hoja de liquidación y hacer el pago **durante los 10 días naturales posteriores a la fecha de inscripción. Una vez finalizado este plazo se aplicaran los recargos legales correspondientes.**
- **No se harán devoluciones** de los importes, exceptuando aquellos casos en que el taller o curso quede anulado.

INSCRIPCIONS

- La preinscripció es farà a l'Oficina d'Atenció Ciutadana (OAC) del passeig Dr. Moragas, 224, els **dies 7, 12 i 13 de setembre de 9 a 14 h.**
- El **dia 13 de setembre, a les 14 h** es farà un sorteig amb totes les preinscripcions a l'Oficina d'Atenció Ciutadana (OAC). El número escollit determinarà l'ordre d'inscripció.
- El **dia 14 de setembre** es publicaran les llistes al taulell d'anuncis de l'OAC i a la pàgina web de l'Ajuntament, amb les dates i horaris d'inscripció definitius segons l'ordre resultant. També es podran consultar per telèfon (93.729.71.71).
- El **dia 17 de setembre** s'iniciaran les inscripcions a totes les activitats a l'OAC (Passeig Dr. Moragas, 224).

INSCRIPCIONES

- La preinscripción se realizará en la Oficina de Atención Ciudadana (OAC) del paseo Dr. Moragas, 224, los **días 7, 12 y 13 de septiembre de 9 a 14 h.**
- El **día 13 de septiembre, a las 14 h** se hará un sorteo con todas las preinscripciones en la Oficina de Atención al Ciudadana (OAC). El número elegido determinará el orden de inscripción.
- El **día 14 de septiembre** se publicarán las listas en el tablón de anuncios de la OAC y en la página web del Ayuntamiento, con las fechas y horarios de inscripción definitivos según el orden resultante. También se podrán consultar por teléfono (93.729.71.71).
- El **día 17 de septiembre** se iniciaran las inscripciones a todas las actividades en la OAC (Paseo Dr. Moragas, 224).

ADRECES D'INTERÈS

Oficina d'Atenció Ciutadana (OAC)

Passeig Dr. Moragas, 224
Tel. 93 729 71 71

Casal de Cultura Espai Gran Centre

C/ Nemesi Valls, 35
Tel. 93 718 86 42

Centre Cívic Ca n'Amiguet Espai Gran Ca n'Amiguet

Via St. Oleguer, 20
Tel. 93 719 22 02

Casal de Can Gorgs

Ronda Catalunya, 85
Tel. 93 718 03 31

Torre d'en Gorgs

C/ de la Torre d'en Gorgs, 40
Tel. 93 719 28 37

Biblioteca Esteve Paluzie

Plaça de la Constitució s/n
Tel. 93 718 68 66

Escola Can Llobet

Pg. Doctor Moragas, 243
Tel. 93 718 08 16

Instal·lació Esportiva Municipal Can Llobet

Pg. Doctor Moragas, 268-270
Tel. 93 729 19 27

Més informació

Programa Municipal per a la gent gran

C/ Marquesos de Barberà, 125

Mòbil i whatsapp:

696 403 764



www.facebook.com/gentgranbarberadelvalles



AJUNTAMENT DE BARBERÀ DEL VALLÈS

www.bdv.cat