



Estimades santandreuenques i santandreuencs.

Estic content de poder-vos presentar el nou programa d'activitats del Casal de la Gent Gran que tindreu a la vostra disposició a partir de setembre on, per cert, hi ha alguna petita novetat respecte l'edició de l'any passat. És una iniciativa dedicada a la nostra gent gran que són les persones que heu construït i heu fet avançar Sant Andreu de la Barca abans que nosaltres. Sou un pilar bàsic de la nostra societat i de la nostra ciutat. Gràcies per tot el que ens esteu aportant.

Un agraïment etern,

Marc Giribet,
alcalde de Sant Andreu de la Barca



Estimades veïnes i veïns de Sant Andreu de la Barca.

Des de la Regidoria de Gent Gran us presentem el catàleg d'activitats que es faran, a partir de setembre, al Casal de la Gent Gran.

Com a regidora estic molt il·lusionada d'assumir aquest repte i de que es posin en marxa unes activitats on vosaltres sigueu les i els protagonistes, perquè des del govern del qual formo part sabem que sou una part essencial del nostre municipi. Volem que aquestes activitats al Casal de la Gent Gran no només siguin una mostra de reconeixement de tot el que heu aportat, i aporteu, a Sant Andreu de la Barca, sinó també un espai de relació i aprenentatges que anirem construint en comú.

Una abraçada,

Isabel Marcos,
regidora de Gent Gran



COM INSCRIURE'M?

A partir del 18 de setembre pots inscriure't als tallers del Casal només de manera presencial.

Pots inscriure a màxim un company/a portant fotocòpia o WhatsApp del seu DNI.

Les activitats estan adreçades a: persones jubilades i/o pensionistes i empadronades a Sant Andreu de la Barca.

Horari: de dilluns a divendres de 9.15 a 12.15 h i de 16.00 a 20.00 h (tancat els divendres al matí).

Els cursos tenen les places limitades. Per ordre d'inscripció.



TALLERS PER L'ENVELLIMENT ACTIU

AL CASAL DE LA GENT GRAN
MARIA AURÈLIA CAPMANY

2023/2024



Ajuntament
Sant Andreu de la Barca

01

AGILITAT MENTAL

Sigues actiu/va! T'ajudem a mantenir hàbits saludables per mantenir la teva ment àgil i en forma.



Horari:

Dilluns de 10 a 11 h / Dilluns de 17 a 18 h
Dimecres de 11 h / Dimecres de 18 h
Dijous de 10 a 11 h / Dijous 17 a 18 h

BALL EN LÍNIA

Aprèn i gaudeix amb els balls en línia del Casal. Un taller amb música molt variada, molta energia i diversió assegurada.

Horari:

Dilluns de 17 a 18.15 h
Dilluns de 18.15 a 19.15 h

**03**

BOIXETS

Grup per fer boixets. Podràs fer nous dissenys i participar en un grup ben actiu. Activitat per a persones amb coneixement previ.



Horari:

Dimarts de 16 a 18 h
Dijous de 16 a 18 h

CATALÀ

Classes de català de nivell inicial o mitjà. Aprofita per mantenir converses de la vida quotidiana en català i perfeccionar la teva escriptura.

Horari:

Dijous de 16 a 16.50 h

**05**

CORAL

Cant de coral amb cançons clàssiques i modernes. Èxits de sempre que podràs gaudir i cantar amb companys i companyes. Comparteix la teva veu i gaudeix de l'experiència.



Horari:

Divendres de 16 a 18 h

GIMNÀSTICA

Activitat física per a la gent gran. Posa't en forma amb la gimnàstica del Casal. Pensat per mantenir-se actiu i amb energia durant tota la setmana.

Horari:

Dilluns de 10 a 10.45 h
Dilluns de 16 a 16.45 h
Dimarts de 9.30 a 10.15 h
Dimarts de 10.30 a 11.15 h
Dimecres de 10 a 10.45 h
Dimecres de 16 a 16.45 h
Dijous de 9.30 a 10.15 h
Dijous de 10.30 a 11.15 h

**06****07**

INFORMÀTICA

No et quedis enrere amb les noves tecnologies. Curs per iniciar-se i anar creixent amb l'ordinador: cerques per internet, compres i trucs per evitar enganys a la xarxa.



Horari:

Dimarts de 10 a 11 h
Dimarts de 16 a 17 h
Dijous de 10 a 11 h

LECTURA I ESCRIPTURA

Dinamitza la ment amb un taller de lectura i escriptura. Preparat per millorar la teva cal·ligrafia i reforça la capacitat de comprensió lectora. De la ma d'una tutora que t'ajudarà a tenir una ment àgil i desperta.

Horari:

Nivell 1, dimarts de 16 a 17 h
Nivell 2, dimarts de 17 a 18 h

**08****09**

MANUALITATS

Participa en un dels tallers més creatius i artístics del Casal. Un espai on podràs deixar volar la teva imaginació i aprendràs tècniques innovadores.



Horari:

Dimecres de 10 a 12 h

PINTURA

Vine a aprendre a pintar i conèixer les tècniques que et convertiran en un/a gran artista. Curs per a tots els nivells.

Horari:

Dimecres de 10 a 12 h

10**11**

SARDANES

La tradició catalana també té el seu lloc al Casal. Vine a gaudir i ballar de les millors sardanes. Aprendràs els passos i tots plegats la farem créixer.

Horari:

Dijous de 17.15 a 18.30 h



SEVILLANES

La tradició i les arrels d'Andalusia tenen el seu espai al Casal. Tallers de sevillanes per a qui li agrada ballar i gaudir del folklore andalús.

Horari:

Dilluns de 11 a 12 h
Dimarts de 16 a 17 h
Dimarts de 17.15 a 18.15 h

**12****13**

TEATRE

Deixa sortir l'actor o l'actriu que portes dins i vine a participar en el taller de teatre (playback). Expressa't amb la música, la dansa i l'espectacle del nostre grup teatral.

Horari:

Dimecres de 17 a 19 h



A més a més:

XERRADES I ACTIVITATS EXTRAORDINÀRIES

L'activitat al casal no acaba aquí. Mensalment, s'organitzen xerrades d'interès per a la gent gran amb temàtiques variades, com pot ser la seguretat ciutadana, l'envelliment actiu, la sexualitat quan ets més gran, i moltes d'altres. Si tens cap proposta, pots fer-la arribar als i les treballadors/es del casal.

A més, també hi ha previst la programació de jornades de tallers puntuals, d'una sola sessió, per ampliar l'oferta d'activitats i oferir propostes noves i atractives.