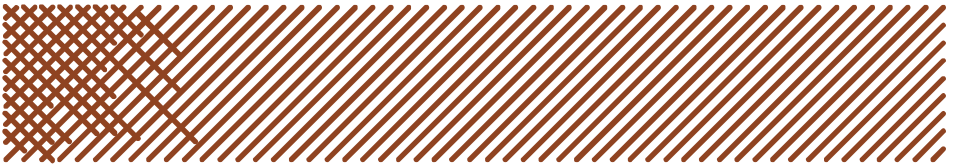


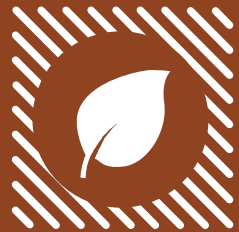


Casal Cívic

Torelló



SETEMBRE /
DESEMBRE
2019



Generalitat de Catalunya
Departament de Treball, Afers Socials
i Famílies



Casal Cívic

Torelló

C. Rocaprevera, 31
Torelló

El Casal Cívic **Torelló**, adscrit a la Direcció General d'Acció Cívica i Comunitària del Departament de Treball, Afers Socials i Famílies, es va inaugurar l'any **2009**.

És un espai públic obert a tothom: joves, grans, infants i entitats, on podeu participar en diferents activitats, com tallers, conferències, exposicions, etc., que us permeten relacionar-vos, fomentar les vostres aficions, ampliar coneixements i formar part d'un projecte col·lectiu.

Ofereix un seguit de recursos per reforçar projectes adreçats a la millora de la comunitat, fomentar el desenvolupament integral de la persona, promoure els valors cívics i donar suport al teixit associatiu en el seu compromís amb la societat.

Horari: de dilluns a divendres, de 9 a 21 h, i dissabte, de 10 a 13.30 h i de 15.30 a 21 h.



////////////////////
SERVEIS

Perruqueria / barberia

de dimarts a divendres, de 9 a 13 h i de 15 a 19 h

Bar-menjador

de dilluns a dissabte, de 9 a 19 h

Podologia

Cal demanar hora a consergeria

dimarts, 9.15 a 13 h i l'últim dimarts de mes, de 9.15 a 13 h i de 15 a 18.15 h

////////////////////
ESPAI PER A TOTHOM

Biblioteca

Servei de préstec a consergeria
en horari de l'equipament Casal



////////////////////
**ACTIVITATS PER A
INFANTS**

Èxit escolar

Vine i t'ajudarem amb les tasques escolars.

del 26 de setembre al 19 de
desembre

dijous, de 17.30 a 19 h

a càrrec de Maite Molist i
Viena i Mounir

Creu Roja Osona

gratuït

////////////////////
ACTIVITATS PER A JOVES



Hip hop

del 27 de setembre al 13 de
desembre

divendres, de 19 a 20 h

Casal



////////////////////
ACTIVITATS FÍSQUES

nou

Autodefensa femenina

Moviments d'autodefensa per a dones.

del 2 d'octubre al 30 d'octubre
dimecres, de 19 a 21 h
Casal

Zumballó

Tonificació i ritmes llatins.

del 23 de setembre al 9 de
desembre
dilluns, de 18.30 a 19.30 h
a càrrec de Rocío La Rosa
Casal

Estiraments d'esquena

del 24 de setembre al 10 de
desembre
dimarts, de 19.30 a 20.30 h
Casal

Gimnàstica

a partir del 23 de setembre
dilluns i dimecres, de 16 a 17 h
- grup 1
dilluns i dimecres, de 17 a 18 h
- grup 2
dimarts i dijous, de 10.15 a
11.15 h - grup 3
dimarts i dijous, d'11.15 a
12.15 h – grup 4
a càrrec de Francesc Sánchez
Ass. De Gent Gran en Marxa
40 euros/setembre-febrer

En Forma 1

Programa de Gent Gran de
l'Obra Social "La Caixa"
dates i horaris a concretar
Casal, amb la col·laboració de
la Fundació Bancària "La
Caixa"

nou

Acro-ioga

del 26 de setembre al 12 de
desembre
dijous, de 19.30 a 21 h
Casal



loga

a partir del 23 de setembre
dilluns, de 9.15 a 10.15 h –
grup 1
dimarts, de 15.45 a 16.45 h –
grup 2
dimecres, de 14.45 a 15.45 h –
grup 3
dijous, de 9.15 a 10.15 h –
grup 4
divendres, de 14.45 a 15.45 h
– grup 5
divendres, de 15.45 a 16.45 h
– grup 6
a càrrec de M^a Teresa
Aumatell
Ass. de Gent Gran en Marxa
25 euros/ setembre-febrer

loga adaptada

*Per a persones amb disminució
física.*
del 26 de setembre al 19 de
desembre
dijous, de 15.30 a 17.30 h
ADFO
gratuït

loga suau

*Per a persones amb mobilitat
reduïda.*
del 23 de setembre al 12 de
desembre
dilluns, de 10.15 a 11.15 h –
grup 1
dijous, de 10.15 a 11.15 h –
grup 2
dijous, d'11.15 a 12.15 h –
grup 3
a càrrec de M^a Teresa
Aumatell
Casal

Pilates

*Moviments conscients i
coordinats amb la respiració,
per crear un cos harmoniós,
coordinat, musculat i flexible.*
del 24 de setembre al 13 de
desembre
dimarts, de 9.15 a 10.15 h –
grup 1
divendres, de 9.30 a 10.30 h –
grup 2
a càrrec de Julie Pearce
Casal



Txikung

Moviments suaus i relaxats, i tècniques de respiració

abdominal i de concentració

a partir del 26 de setembre

dijous, de 17.30 a 18.30 h

Ass. De Gent Gran en Marxa

25 euros/ setembre-febrer

Meditació

a partir del 23 de setembre

dilluns, d'11.15 a 12.15 h –

grup 1

dimarts, de 17.15 a 18.15 h –

grup 2

a càrrec de M^a Teresa

Aumatell

Ass. de Gent Gran en Marxa

25 euros/ setembre-febrer

Habilitats socials i

psicomotricitat

Per a persones amb problemes de salut mental.

del 25 de setembre al 19 de
desembre

primer dimecres de mes, de

10 a 12 h

a càrrec d'Ivette Griera i Marta

Molina

Osonament

gratuït

//////////////////// ACTIVITATS MANUALS I ARTÍSTIQUES

Tall i confecció

del 23 de setembre al 9 de

desembre

dilluns, de 15.30 a 17.30 h

Casal

Ganxet

a partir del 26 de setembre

dijous, de 16 a 18 h

a càrrec de Conxita Bartrina

Ass. de Gent Gran en Marxa

25 euros/ setembre-febrer

Puntes de coixí

a partir del 25 de setembre

dimecres, de 16 a 18 h

a càrrec de Dolors Puigbó

Ass. de Gent Gran en Marxa

35 euros/ setembre-febrer

Mitja

a partir del 24 de setembre

dimarts, de 16 a 18 h – grup 1

dijous, de 16 a 18 h – grup 2

a càrrec de Marisa Florido

Ass. de Gent Gran en Marxa

35 euros/ setembre-febrer



Dibuix al carbó

a partir del 26 de setembre
dijous, de 9.30 a 11 h
a càrrec de Lluís Capdevila
Ass. de Gent Gran en Marxa
35 euros/ setembre-febrer

Pintura a l'oli

del 24 de setembre a l'11 de
desembre
dimarts, de 9.30 a 11.30 h –
grup 1
dimecres, de 9.30 a 11.30 h –
grup 2
a càrrec d'Alicia Tecles
Casal

Pintura contemporània

a partir del 26 de setembre
dijous, de 9.30 a 11.30 h
a càrrec d'Alicia Tecles
Ass. de Gent Gran en Marxa
45 euros/ setembre-febrer

Sorra de colors

*Treballs manuals amb sorra de
colors.*

a partir del 23 de setembre
dilluns, de 9.30 a 11.30 h
a càrrec de Lluïsa Serrano
Ass. de Gent Gran en Marxa
35 euros/ setembre-febrer

Treballs manuals adaptats

*Per a persones amb disminució
física.*

del 23 de setembre al 20 de
desembre
dilluns i divendres, de 16 a 18 h
ADFO
gratuït

Aprenem i som solidaris

*Fem treballs manuals pels qui
més ho necessiten.*

a partir del 23 de setembre
dilluns, de 16 a 18 h
a càrrec de Carme Bosch i
Maria Parramon
Ass. de Gent Gran en Marxa
gratuït

Labor de retalls - patchwork

a partir del 23 de setembre
dilluns, de 10.30 a 12.30 h –
grup 1
dimecres, de 10.30 a 12.30 h –
grup 2
a càrrec de Carme Muñoz
Ass. de Gent Gran en Marxa
35 euros/ setembre-febrer



Ceràmica

del 26 de setembre al 12 de desembre

dijous, de 18.30 a 20.30 h
a càrrec de Rosa M. Crous
Casal

NOVES TECNOLOGIES

Fotografia digital

del 24 de setembre al 10 de desembre

dimarts, de 10.30 a 12 h
a càrrec de Victor Castelo
Casal

Iniciació a la informàtica

Programa de Gent Gran de l'Obra Social "La Caixa"

del 8 al 31 d'octubre

dimarts i dijous, de 10 a 12 h

Casal, amb la col·laboració de la Fundació Bancària "La Caixa"

Fes tràmits per internet

Programa de Gent Gran de l'Obra Social "La Caixa"

del 7 d'octubre al 6 de novembre

dilluns i dimecres, de 10 a 12 h

Casal, amb la col·laboració de la Fundació Bancària "La Caixa"



Comunica't per la xarxa

Coneix les eines de comunicació en línia i incorpora-les al teu dia a dia!

Programa de Gent Gran de l'Obra Social "La Caixa"

del 5 de novembre al 12 de desembre

dimarts i dijous, de 10 a 12 h

Casal, amb la col·laboració de la Fundació Bancària "La Caixa"

Imatges per recordar

Obté imatges digitals, guarda-les i ordena-les, crea àlbums o presentacions i comparteix-les

Programa de Gent Gran de l'Obra Social "La Caixa"

de l'11 de novembre al 18 de desembre

dilluns i dimecres, de 10 a 12 h

Casal, amb la col·laboració de la Fundació Bancària "La Caixa"

Aula oberta per tothom

Programa de Gent Gran de l'Obra Social "La Caixa"

a partir del 23 de setembre

de dilluns a divendres, de 15 a 19 h i divendres, de 10 a 12 h

a càrrec de persones voluntàries del programa

Casal, amb la col·laboració de la Fundació Bancària "La Caixa"

Introducció a les noves tecnologies

Programa de Gent Gran de l'Obra Social "La Caixa"

a partir del 23 de setembre

dilluns, de 15.30 a 17 h – grup 1

dilluns, de 17 a 18.30 h – grup 2

dimarts, de 16 a 17.30 h – grup 3

dimecres, de 17.30 a 19 h – grup 4

a càrrec dels voluntaris del programa Maria Surinyach –

grup 1; Francesc Bueno – grup 2;

Josep Carrera i Maria Rosa Rodríguez – grup 3;

Isabel Sánchez i Francesc Bueno – grup 4

Casal, amb la col·laboració de la Fundació Bancària "La Caixa"



////////////////////
**ARTS ESCÈNIQUES I
MUSICALS**

Cant coral

a partir del 24 de setembre
dimarts, de 18 a 20 h
Ass. de Gent Gran en Marxa
25 euros/ setembre-febrer

So preenregistrarat - *playback*

a partir del 24 de setembre
dimarts, de 16 a 18 h
a càrrec de Josep López
Ass. de Gent Gran en Marxa
25 euros/ setembre-febrer

Country

a partir del 26 de setembre
dijous, de 16.30 a 18 h – grup 1
dijous, de 18 a 19.30 h – grup 2
a càrrec d'Anna Serrasolses
Ass. de Gent Gran en Marxa
25 euros/ setembre-febrer

Teatre

del 25 de setembre a l'11 de
desembre
dimecres, de 19 a 20.30 h
Casal



Balla jazz!

Vine a aprendre a ballar jazz!
del 30 de setembre al 9 de
desembre
dilluns, de 19.30 a 20.30 h
Casal



////////////////////
CREIXEMENT PERSONAL

Musicoteràpia

*Promoure la comunicació, les
relacions, l'aprenentatge, el
moviment i l'expressió
mitjançant la música.*
del 26 de setembre al 12 de
desembre
dijous, de 19 a 20.30 h
Casal



Viure com jo vull

Programa de Gent Gran de
l'Obra Social "La Caixa"
dates i horaris a concretar
Casal, amb la col·laboració de
la Fundació Bancària "La
Caixa"





////////////////////
FORMACIÓ I CULTURA

Tertúlies en català

a partir del 24 de setembre
dimarts, de 17.15 a 18.30 h –
grup 1

dijous, de 16 a 17.15 h – grup 2
a càrrec de M. Rosa Sanglas
Ass. de Gent Gran en Marxa
25 euros/ setembre-febrer

Amics lectors

*Tertúlies al voltant de la
lectura d'un llibre concret.*

Programa de Gent Gran de
l'Obra Social "La Caixa"

del 23 de setembre al 16 de
desembre

segon dilluns de mes, de 16.30
a 17.30 h

a càrrec d'Assumpta Arimany
Casal, amb la col·laboració de
la Fundació Bancària "La
Caixa"

Lectura en veu alta

*Vine i recita amb nosaltres
textos en català.*

a partir del 24 de setembre
dimarts, de 16 a 17 h – grup 1
divendres, de 16 a 17 h – grup 2
a càrrec d'Assumpció
Presseguer

Ass. de Gent Gran en Marxa
25 euros/ setembre-febrer

Francès

a partir del 24 de setembre
dimarts, de 17 a 18 h

Ass. de Gent Gran en Marxa
25 euros/ setembre-febrer

Conversa en anglès

a partir del 26 de setembre
dijous, de 15.30 a 16.30 h –
grup 1

dijous, de 16.30 a 17.30 h –
grup 2

a càrrec de Montse Carbonell
Ass. de Gent Gran en Marxa
25 euros/ setembre-febrer



Anglès

a partir del 23 de setembre
dilluns, de 17 a 18 h – grup 1
dilluns, de 17 a 18.30 h – grup 2
dilluns, de 15.15 a 16.45 h –
grup 3
dimecres, de 15.15 a 16.45 h –
grup 4
a càrrec de Llúcia Martín –
grup 1 i de Roser Farran –
grups del 2 al 4
Ass. de Gent Gran en Marxa
30 euros/ setembre-febrer –
grup 1
45 euros/ setembre-febrer –
grups 2, 3 i 4

//////////////////// HABILITATS



Estètica

*Per aprendre les diferents
tècniques de maquillatge i
manicura.*

del 27 de novembre a l'11 de
desembre
dimecres, de 19.45 a 20.45 h
Casal



//////////////////// **LLEURE I TRADICIONS**

Petanca

a partir del 23 de setembre
de dilluns a dissabte, d'11 a 12 h
i de 15 a 17 h
a càrrec de Jaume Cutrina
Ass. de Gent Gran en Marxa
gratuït

Campionat de billar i de jocs de taula

a partir del 25 de setembre
tercer dimecres de mes, horari
a concretar
a càrrec de Jaume Cutrina
Ass. de Gent Gran en Marxa
30 euros/ setembre-juny

Campionat de petanca

a partir del 25 de setembre
tercer dimecres de mes, horari
a concretar
a càrrec de Jaume Cutrina
Ass. de Gent Gran en Marxa
15 euros/ setembre-juny

Intercanvi de xapes de cava

a partir del 27 de setembre
tercer divendres de mes, de
16 a 18 h
a càrrec de Jaume Cutrina i
Jesús Ortega
Ass. de Gent Gran en Marxa
gratuït

Setmana solidària

de l'11 al 15 de novembre
de dilluns a divendres, de 9 a
21 h
Ass. de Gent Gran en Marxa
gratuït

Castanyada

12 de novembre
dimarts, de 15 a 20 h
Ass. de Gent Gran en Marxa
gratuït

Torrònada i escudella de Nadal

17 de desembre
dimarts, de 13 a 20 h
Ass. de Gent Gran en Marxa
gratuït



////////////////////

INSCRIPCIONS I INFORMACIÓ

del 9 al 13 de setembre, de 10 a 13 h i de 16 a 19 h

Les activitats organitzades pel Casal (Direcció General d'Acció Cívica i Comunitària) són gratuïtes. **El material necessari va a càrrec de les persones inscrites.** Les places a les activitats són limitades i s'adjudiquen en funció del número assignat. La realització d'una activitat està condicionada a la inscripció d'un nombre mínim de persones. Tres faltes d'assistència sense justificació prèvia impliquen la pèrdua de la plaça.

Les activitats organitzades per les entitats són responsabilitat d'aquestes, així com els requisits per accedir-hi.

Tel. 93 859 21 51

A/e: cc.torello@gencat.cat

Més informació a:

012
gencat.cat

Cost de la trucada: segons operadora.



Generalitat de Catalunya
**Departament de Treball, Afers Socials
i Famílies**