



Equipaments Cívics i Comunitaris

CASAL CÍVIC I COMUNITARI IGUALADA - MONTSERRAT

CASAL CÍVIC I COMUNITARI IGUALADA - CASAL DEL PASSEIG

LUDOTECA SANT MIQUEL

Igualada



ABRIL - JUNY

2023



Generalitat de Catalunya
**Departament
de Drets Socials**



@femcomunitatcat



@civicsgencatigualada



Equipaments Comunitaris

Cívics i

Igualada

CASAL CÍVIC I COMUNITARI IGUALADA - MONTSERRAT

C. Orquídiades, 7

OFICINA D'AFERS SOCIALS I FAMÍLIES

Pg. Mn. Jacint Verdaguer, 67

CASAL CÍVIC I COMUNITARI IGUALADA - CASAL DEL PASSEIG

Pg. Mn. Jacint Verdaguer, 67

LUDETECA SANT MIQUEL

C. Trinitat, 12

Els equipaments cívics i comunitaris **d'Igualada** estan adscrits a la Direcció General d'Acció Cívica i Comunitària del Departament de Drets Socials. Compten amb dos casals cívics i una Ludoteca.

Els **casals cívics i comunitaris** són espais públics oberts 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.

Casal Cívic i Comunitari Igualada - Casal del Passeig

Horari: de dilluns a divendres, de 9 a 21 h; dissabte, de 9 a 14 h i diumenge, de 16 a 21 h

Casal Cívic i Comunitari Igualada - Casal Cívic Montserrat

Horari: de dilluns a divendres, de 9 a 14 h i de 15 a 22 h



Oficina d'Afers Socials i Famílies (OASF)

Tenen com a funció apropar els serveis i recursos del Departament de Drets Socials i de l'Administració de la Generalitat de Catalunya a la ciutadania, informant i orientant tant de manera col·lectiva com individual, sobre totes les prestacions existents en matèria d'afers socials i famílies.

S'informa sobre recursos adreçats a famílies, joves, dones, persones grans, associacions, voluntariat, etc., que són competència del Departament o de la Generalitat de Catalunya, així com d'altres serveis o prestacions que els puguin interessar. Es tramiten prestacions econòmiques per a famílies amb infants, per a persones amb discapacitat, pensions no contributives, complement de la pensió no contributiva, necessitats bàsiques, despeses de la llar, reconeixement del grau de discapacitat, reconeixement del grau de dependència, títol de família nombrosa i monoparental, renda garantida de ciutadania per a persones no activables, complement de pensions estatals, etc.

Per altra banda, també disposa d'un registre administratiu de documentació, on es poden presentar sol·licituds d'acord amb el que preveu la Llei de procediment administratiu de les administracions públiques.

Horari: de dilluns a divendres, de 9 a 14 h

Ludoteca Sant Miquel

És un equipament cívic, on s'educa a través del joc i la joguina fora de l'horari escolar. S'ofereix als infants material de joc organitzat en diferents racons. L'activitat principal és el joc, tot i que també s'organitzen tallers al voltant del joc i la joguina. A la ludoteca es treballen valors cívics com el respecte, la solidaritat, la convivència, es desenvolupa la imaginació, es fomenta l'amistat.

Horari: de dilluns a divendres, de 15 a 20.30 h; dimarts i dijous, de 9 a 13.30 h



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

Podologia

Per demanar hora trucar al telèfon del casal 93 803 33 12 o directament a recepció.

Casal Cívic i Comunitari - Casal del Passeig

Perruqueria unisex

Podeu demanar hora a la mateixa perruqueria o trucar al 659 771 086.

de dimarts a divendres, de 9 a 12.30 h i de 15 a 19.30 h, i dissabte, de 9 a 14 h

Casal Cívic i Comunitari - Casal del Passeig

Servei d'informació i atenció a les dones - Atenció psicològica

Demanar hora al telèfon

636 365 631

Dijous, de 10 a 13 h

SIAD - MICOD

Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Tècnic/a de gestió de l'Agència de l'Habitatge de Catalunya

Truqueu al casal per saber els dies que ve.

dimecres, quinzenalment,

a partir de les 10.30 h

Agència de l'Habitatge de Catalunya

Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Servei d'atenció psicològica per a la gent gran

Per a persones a partir de 65 anys. Podeu trucar 653 807 601 o info@psicologiaytu.com

divendres, quinzenalment,

de 9 a 14 h

Assoc. Psicologiaytu

Casal Cívic i Comunitari

Montserrat i Casal del Passeig

Atenció psicològica a persones amb TEA (trastorn de l'espectre autista) i famílies

Sessions individuals i grupals per fomentar les habilitats socials i totes aquelles relacionades amb el TEA.

Cal demanar cita prèvia

nuria.esteve@asperger.cat

Assoc. Asperger Catalunya Anoia

Casal Cívic i Comunitari Montserrat



Punt d'orientació, jurídic i d'intermediació en deutes d'habitatge

Cal concertar cita a l'Ajuntament d'Igualada:

93 803 19 50

Pl. de l'Ajuntament, 1, (Igualada)

Consell comarcal:

93 805 15 85 Plaça de Sant Miquel, 5 (comarca)

Ajuntament d'Igualada, Consell Comarcal de l'Anoia, Col·legi d'Advocats de Barcelona, Diputació de Barcelona i Agència de l'Habitatge de Catalunya.

Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Programa SIOAS 2021

Serveis integrals d'orientació, acompanyament i suport a la inserció de les persones amb discapacitat i/o malaltia mental

Per incrementar el grau d'ocupabilitat i la inserció laboral en el mercat de treball ordinari i aplicació del treball en suport per a aquelles persones en necessitats especials d'inserció.

Tutories i entrevistes individuals, tallers i càpsules de formació a l'entorn de l'orientació laboral.

Cal cita prèvia al Servei d'Inserció Especialitzat (SIE) d'Àuria Fundació.

formulari d'inscripció al SIE



Contacte: Montse Bartrolí

678 295 929

mbartroli@auriagrup.cat

Maite Domènech 618 520 014

mdomenech@auriagrup.cat

dijous, de 10 a 13 h

Projecte Subvencionat pel Departament d'Empresa i Treball i objecte de cofinançament per part del Fons Social Europeu.

Àuria Fundació - Servei Inserció especialitzat

Casal Cívic i Comunitari Montserrat



//////////////////// ESPAIS PER A TOTHOM

Sala del Casal

Per trobar-se, jugar a jocs de taula o xerrar.

en l'horari dels equipaments
Casal Cívic i Comunitari
Montserrat i Casal del Passeig

Racó familiar

On els infants poden passar una estona jugant, llegint o pintant en companyia d'un/a familiar adult/a. Per a infants de menys d'11 anys, sempre acompanyats d'una persona adulta.

en horari de l'equipament
Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Espai Wi-Fi

en horari dels equipaments
Casal Cívic i Comunitari
Montserrat i Casal del Passeig

Tennis de taula per a tothom

Per jugar a tennis de taula. Consulteu les condicions i els horaris a consergeria.

Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Espai de lectura i servei de préstec

On podeu llegir premsa, llibres, etc. Servei de préstec i cessió de llibres per llegir-los a casa.

en horari dels equipaments
Casal Cívic i Comunitari
Montserrat i Casal del Passeig

Punt de trobada per a parelles Lingüístiques

Espai on podràs conversar en català amb la teva parella lingüística.

Inscriu-te a www.vxl.cat
en horari dels equipaments
Consorci per a la Normalització
lingüística i Servei Local de
Català

Casal Cívic i Comunitari
Montserrat i Casal del Passeig

//////////////////// EXPOSICIONS

Si voleu utilitzar aquest espai, podeu posar-vos en contacte amb els equipaments.

Casal Cívic i Comunitari
Montserrat i Casal del Passeig



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

Ludoteca * activitat de curs

Els infants poden venir a jugar una tarda a la setmana i conèixer nous jocs i nous/ves companys/es.

Préstec de jocs de taula per a les persones usuàries inscrites a la Ludoteca. Per a infants nascuts entre el 2010 i el 2016. de dilluns a dijous, de 17 a 19.30 h

Visites escolars

La Ludoteca ofereix activitats grups escolars puguin aprendre tot jugant.

Cal concertar visita trucant a la ludoteca. Més informació

ludo.santmiquel@gencat.cat

dijous i divendres, al matí

Ludoteca Sant Miquel

Programa Jugar

i descobrir * activitat de curs

És un programa socioeducatiu per a infants de 4 a 12 anys que pretén integrar el joc i la descoberta. Educa els nens i les nenes en els valors cívics del respecte, la tolerància, la solidaritat i la cooperació; els desenvolupa la imaginació i la creativitat, i els fomenta l'amistat i la convivència. Mitjançant aquest programa, els introduïm al món de les arts plàstiques i escèniques, els donem suport en l'estudi i els apropem a la ciència i els seus experiments; els fem descobrir, crear, dialogar i innovar de la mà del joc i les noves tecnologies. I també comptem amb la participació de les famílies, perquè són l'eix estratègic del programa. Es poden apuntar un dia a la setmana.

de dilluns a dijous, de 17 a 19.30 h

Visites escolars

Cal concertar visita trucant al Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Més informació

cc.montserrat@gencat.cat

Casal Cívic i Comunitari Montserrat



Àrab per a infants

* activitat de curs

a càrrec de Fouzia Oulad
Assoc. Intercultural Nour
Casal Cívic i Comunitari Montserrat
10 euros/mes



Teatre per a infants

Per aprendre tècniques d'interpretació i deixar lliure les ganes d'actuar que tots portem dins. Com a final d'activitat es farà una petita representació a l'escenari de la sala polivalent. Per a infants de 4 a 12 anys (P4 a 6è primària)
dimecres, de 17.30 a 19 h
del 3 de maig al 7 de juny
a càrrec de Laia Forcadell
Casal Cívic i Comunitari - Casal del Passeig

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

Programa Joves

*Programa de dinamització juvenil pel desenvolupament personal dels i de les joves Treballar els valors de la convivència, el civisme, la solidaritat i sobretot el sentiment de pertinença a un grup. S'adreça als/a les joves entre 12 i 18 anys. Les activitats es fan al voltant de centres d'interès amb el suport d'educadors/es. Mira el nostre compte d'Instagram **@jovesmontserrat**. Pengem les activitats que fem, obrim debats i et demanem la teva opinió. A part, si tens qualsevol dubte, pots obrir-nos. Estem en contacte.*

de dilluns a divendres, de 17 a 20h
Casal Cívic i Comunitari Montserrat



Casinet juvenil * activitat de curs
Podràs trobar-te amb els/les teus/ves amics/gues, jugar, llegir, parlar, conèixer gent nova... Anima't! La cartellera de l'Espai Jove, un plafó on podràs trobar informació de tota mena i on tu també pots penjar tot allò que t'interessi.

dilluns, dimecres i divendres,
de 17.30 a 20 h
Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Cuina del bon temps

Vine a aprendre a cuinar i a gaudir de les receptes del bon temps. Porta una carmanyola perquè a casa ho puguin tastar.

del 23 de maig al 13 de juny
dimarts, de 18 a 19.30 h
a càrrec de Yolanda Cano
Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Suport a l'estudi

Per fer treballs, estudiar i fer deures. T'ajudarem a fer les teves tasques. Vine!

del 20 d'abril al 25 de maig
dijous, de 18.30 a 19.30 h
a càrrec de Jordi Dalmeses
Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Postres de Sant Jordi

Per Sant Jordi farem els postres que enamoraran a qualsevol paladar. Porta una carmanyola perquè a casa ho puguin tastar.

20 d'abril
dijous, de 18 a 19.30 h
a càrrec d'Èlia Palleja
Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Espai lila

On les joves poden sentir-se lliures. Aquí no entren comportaments masclistes, transfòbics ni homofòbics. Excursions, jocs, dinàmiques, trobades de grup... I més coses. Anima't

del 9 de maig al 20 de juny
dimarts, de 17.15 a 18.15 h
Casal Cívic i Comunitari Montserrat

BodyPump

Sessions dirigides, divertides i motivadores. Tot fent esport i cuidant la nostra salut.

del 8 de maig al 12 de juny
dilluns, de 18 a 19 h
a càrrec de Dragos León Aioanei
Casal Cívic i Comunitari Montserrat



Dansa jove

Aprèn a ballar i crea una coreografia amb la monitora de dansa.

del 5 de maig al 9 de juny
divendres, de 18 a 19 h
a càrrec d'Ivana Díaz
Casal Cívic i Comunitari Montserrat



Sala de lectura * activitat de curs juvenil

Els i les joves podran fer els deures, estudiar i cercar informació en la Sala de lectura. Sempre acompanyats per resoldre els seus dubtes.

de dilluns a dijous, de 18 a 19.30 h
Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Tote bag

Dissenya i personalitza la teva pròpia bossa de tela! Cada una amb el seu propi estil.

del 3 al 17 de maig
dimecres, de 18 a 19 h
Casal Cívic i Comunitari Montserrat



//////////////////// ACTIVITATS EN FAMÍLIA

Espai de joc * activitat de curs familiar – Jugar i Descobrir

Per compartir una estona de joc amb els infants a partir de tres anys. Obert als pares i mares, als avis i àvies, etc. Aforament limitat. Cal apuntar-se els dies que es vulgui venir. Trucar durant la setmana per reserva prèvia.

divendres, de 17 a 19.30 h
Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Minetest Role Play

Vine per fundar una cibersocietat, cada participant tindrà un rol diferent i entre tots crearem la nostre pròpia comunitat al Minetest.

de l'11 de maig al 15 de juny
dijous, de 18.30 a 19.30 h
Activitat conjunta amb el programa "Punt Òmnia"
Casal Cívic i Comunitari Montserrat



Ludoteca familiar

Jugar i compartir una estona amb els fills i filles i altres famílies. L'activitat està recomanada per a infants a partir de 3 anys acompanyats dels seus familiars. Cal reservar plaça durant la setmana a

ludo.santmiquel@gencat.cat
divendres, de 17 a 19.30 h
Ludoteca Sant Miquel



Hipopressius amb el teu nadó
del 26 d'abril al 14 de juny
dimecres, d'11.30 a 12.30 h
a càrrec de Marta Caralt
Assoc. de Gent Gran d'Igualada
Casal Cívici Comunitari - Casal del Passeig
30 euros/curs

////////////////////
LLEURE, FESTES I TRADICIONS

Viu la diada de Sant Jordi
Exposició de llibres per a préstec.
del 20 al 30 d'abril
en l'horari de l'equipament
Casal Cívici i Comunitari Montserrat

27è aniversari Casal Cívici Montserrat
Jocs, música, festa i diversió per a tota la família.
16 de juny
divendres, a les 18 h
Casal Cívici i Comunitari Montserrat

Primavera Gran
Activitats molt variades per a gent gran.
del 26 d'abril al 7 de maig
Assoc. de Gent Gran d'Igualada
Ajuntament d'Igualada
Casal Cívici Comunitari - Casal del Passeig

////////////////////
XERRADES

Compres segures per Internet



Xerrada informativa per aprendre a comprar per Internet de forma segura, vine per conèixer les tècniques i aplicacions més segures per fer les teves compres.

31 de maig
dimecres, de 18.30 a 20 h
Casal Cívici i Comunitari Montserrat

Seguretat i mobilitat per la ciutat



Xerrada adreçada a gent gran on es parlarà sobre la seguretat al carrer i altres temes com la mobilitat.

23 de maig
dimarts, de 18 a 19 h
a càrrec de la Policia local, agents de proximitat, de l'Ajuntament d'Igualada
Casal Cívici Comunitari - Casal del Passeig



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

Aquarel·la i pintura a l'oli *activitat semestral

dilluns, de 19 a 21 h
a càrrec d'Elisabet Soler
Assoc. de Veïns Barri Sant Crist
Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Pintura creativa

Experimentarem amb diferents tècniques pictòriques aplicades a diferents materials. No es necessita cap tipus d'experiència.

del 24 d'abril al 19 de juny
dilluns, de 10 a 12 h
a càrrec de Francina Soler
Casal Cívic i Comunitari - Casal del Passeig

Labors *activitat semestral

dimarts, de 10 a 12 h
a càrrec de Rosi Parra, Teresa Alfonso i Carmen Olid
Grup de Dones de les Tardes dels Dimecres
Casal Cívic i Comunitari Montserrat
5 euros/curs

El Cosidor *activitat de curs
dilluns, de 16 a 17.30 h
a càrrec de Paquita Peña
Assoc. de Gent Gran d'Igualada
Casal Cívic i Comunitari - Casal del Passeig
5 euros/curs

Treballs manuals decoratius

del 19 d'abril al 21 de juny
dimecres, de 10 a 12 h
a càrrec de Rosa Vilamajor
Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Restauració i decoració de mobles *activitat semestral

dilluns de 10 a 12 h
a càrrec de Sita Gurt
Grup de Dones de les Tardes dels Dimecres
Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Treball manual amb pell

Aprendrem a com treballar la pell a través d'un petit projecte.

18 de maig
dijous, de 10 a 12 h
a càrrec de Jordina Font
Casal Cívic i Comunitari Montserrat





Ceràmica

del 3 de maig al 21 de juny
dimecres, de 18 a 20 h
a càrrec de Mary Gumà
Casal Cívic i Comunitari - Casal
del Passeig

Sabons i xampús sòlids casolans

*Aprendrem a fer els
nostres sabons i xampús amb
productes naturals per a
marxar de viatge aquest estiu.*
de 27 d'abril al 4 de maig
dijous, de 18.30 a 20.30 h
a càrrec de Sol Cano
Casal Cívic i Comunitari Montserrat

nou

Labors de retalls – Patchwork

del 25 d'abril al 13 de juny
dimarts, de 17 a 19 h
a càrrec d'Ester Parcerissas
Casal Cívic i Comunitari - Casal
del Passeig

Maquillatge bàsic i de festa

Aprendrem a maquillar-nos
de l'11 de maig al 8 de juny
dijous, de 18.45 a 20.45 h
a càrrec de Sol Cano
Casal Cívic i Comunitari - Casal
del Passeig

nou

ARTS ESCÈNIQUES I MUSICALS

Cinefòrum

*Es tracta del passí d'una
pel·lícula amb contingut
per a després poder-ne fer el
fòrum i debatre els temes de
què tracta el film.*

Programa de Gent Gran de la
Fundació "la Caixa"
data a concretar
dijous, de 17 a 20 h
Casal Cívic i Comunitari - Casal
del Passeig, amb la
col·laboració de la Fundació "la
Caixa"

nou

Teatre

* activitat de curs

"Grup: Per a Tu"

dijous, de 19.15 a 20.45 h
Grup de Dones de les Tardes
dels Dimecres
Casal Cívic i Comunitari Montserrat
gratuit



Expressió teatral

Aprendrem a expressar-nos amb el nostre cos, a posicionar la veu i altres aspectes de l'art d'actuar.

del 20 d'abril al 8 de juny
dijous, de 19 a 20 h

a càrrec de Laia Forcadell
Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Solfeig per a gent gran *activitat de curs

dilluns, de 16.30 a 17.30 h

a càrrec de M. Teresa Roig

Assoc. de Gent Gran d'Igualada
Casal Cívic i Comunitari - Casal
del Passeig
5 euros/curs

So preenregistrat - Playback

Llum i color *activitat de curs

dimarts, de 16 a 19 h

Assoc. de Gent Gran d'Igualada
Casal Cívic i Comunitari - Casal
del Passeig
gratuït

Tuna *activitat de curs

Novaunió

dilluns i dimarts, de 19.15 a 21 h

Rondalla Novaunió
Casal Cívic i Comunitari Montserrat
gratuït

Bitrac dansa – *activitat de curs

Dansa Catalana

divendres, a partir de les 18 h
Assoc. Bitrac Dansa d'Igualada
Casal Cívic i Comunitari Montserrat
20 euros/curs

Ball acrobàtic *activitat de curs

dilluns i dimecres, de 20.15 a 21.45 h

Grup natural

Casal Cívic i Comunitari Montserrat
gratuït



////////////////////
**FORMACIÓ I
CREIXEMENT PERSONAL**

Cuida les teves emocions

Treballem les emocions i l'autoestima des de l'autoconeixement, perquè per estimar-nos és necessari conèixer-nos.

del 4 de maig al 15 de juny
dijous, de 18 a 19 h
a càrrec de M. Inés Vidal
Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Relaxació

Tècniques de relaxació i meditació per trobar el teu benestar global.

Per a cuidadors/es o ex-cuidadors/es.
dijous, de 15 a 16 h
a càrrec de Manoli Navarrete
Assoc. de familiars d'Alzheimer i
altres Demències de l'Anoia
Casal Cívic i Comunitari Montserrat
gratuït

Teràpia del riure

Al produir el riure, l'alegria i el benestar físic i emocional i al no pensar mentre riem, notem la secreció d'endorfines: les hormones de la felicitat.

del 24 d'abril al 12 de juny
dilluns, de 19.30 a 20.30 h
Casal Cívic i Comunitari - Casal
del Passeig

Higiene postural i relaxació

del 18 d'abril al 13 de juny
dimarts, de 18.30 a 19.30 h
a càrrec de Sol Cano
Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Entrenament de la memòria

del 20 d'abril al 15 de juny
dijous, de 16 a 17.30 h
a càrrec de Marlen Bosque
Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Entre lectura i jocs de memòria

Farem jocs de memòria i altres activitats per activar el nostre cervell.

del 27 d'abril al 15 de juny
dijous, d'11.15 a 12.45 h
a càrrec de Laia Forcadell
Casal Cívic i Comunitari - Casal
del Passeig



Refresquem la memòria *activitat de curs

dilluns, de 16 a 17.30 h
a càrrec de Francina Soler
Assoc. de Gent Gran d'Igualada
Casal Cívic i Comunitari - Casal
del Passeig
40 euros/trimestre

El joc no té edat

Per a jugar a jocs de taula que estimulen la memòria, el vocabulari, l'estratègia... i, sobretot, per a passar-ho bé.

del 2 al 30 de maig
dimarts, de 15.45 a 16.45 h
a càrrec de les educadores de la Ludoteca Sant Miquel
Casal Cívic i Comunitari - Casal
del Passeig, amb la col·laboració de la Ludoteca
Sant Miquel

Espai benestar

de l'11 de gener al 21 de juliol
dimecres, de 16 a 17 h
Salut Mental Catalunya Anoia -
Club Aidar
Casal Cívic i Comunitari - Casal
del Passeig
gratuït

Activa't

Donarem eines i estratègies per sentir-se actiu/va i mantenir en forma totes les capacitats cognitives.

Programa de Gent Gran de la Fundació "la Caixa"
dates a concretar
dijous, de 9 a 11 h
Casal Cívic i Comunitari - Casal
del Passeig, amb la col·laboració de la Fundació "la Caixa"



Despertar amb un somriure

Coneixerem els hàbits adequats per gaudir d'un bon descans.
Programa de Gent Gran de la Fundació "la Caixa"
dates a concretar
dijous, de 9 a 11 h
Casal Cívic i Comunitari - Casal
del Passeig, amb la col·laboració de la Fundació "la Caixa"



Anglès

*activitat de curs

Conversa per a gent gran

dimarts, de 10.30 a 11.30 h
a càrrec de Christophe Beaufumé
Assoc. de Gent Gran d'Igualada
Casal Cívic i Comunitari - Casal
del Passeig
30 euros/trimestre



Francès *activitat de curs
per gent gran

divendres, d'11 a 12 h
a càrrec de Nicole Besançon
Assoc. de Gent Gran d'Igualada
Casal Cívic i Comunitari - Casal
del Passeig
5 euros/curs

Les tardes *activitat de curs
dels dimecres

*Espai de trobada per dones on
compartim, fem amistat i
activitats: ganxet, pintura,
pintes al coixí; fem petar la
xerrada, ...*

dimecres, de 15 a 19 h
Grup de Dones de les Tardes
dels Dimecres
Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Grup de lectura *activitat de curs

dilluns, d'11.30 a 13 h
Grup de Dones de les Tardes
dels Dimecres
Casal Cívic i Comunitari Montserrat
gratuït

**Espai per dones “Empowered
women”**

*Obert a totes les dones, es fan
tallers i es treballa
l'autoestima, l'autopercepció,
la identificació i la gestió de les
emocions a través de
dinàmiques de grup i d'un
seguiment individual.*

del 9 de gener al 31 de juliol
dilluns, de 16.30 a 18.30 h
Salut Mental Catalunya Anoia -
Club Aïdar
Casal Cívic i Comunitari - Casal
del Passeig
gratuït



////////////////////
**CUIDA EL TEU COS I
DONA-LI MARXA**

Zumba® *activitat semestral
dilluns, de 10.30 a 11.30 h
a càrrec de Marc Farré
Assoc. de Gent Gran d'Igualada
Casal Cívic i Comunitari - Casal
del Passeig
20 euros/trimestre

Fitball

Tonificació amb pilotes grans.
del 24 d'abril al 19 de juny
dilluns, de 19 a 20 h
a càrrec de Carme Riba
Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Dona i esport *activitat de curs
dimarts i dijous, de 9.45 a 10.35 h
Regidoria d'Esports de
l'Ajuntament d'Igualada
Casal Cívic i Comunitari Montserrat
37,35 euros/trimestre

Marxa nòrdica *activitat de curs
dilluns, de 9.30 a 11 h
a càrrec d'Emma Perea
Grup de Dones de les Tardes
dels Dimecres
Casal Cívic i Comunitari Montserrat
33 euros/trimestre

Estiraments musculars *activitat de curs
dimarts i dijous, de 10.45 a 11.35 h
Regidoria d'Esports de
l'Ajuntament d'Igualada
Casal Cívic i Comunitari Montserrat
37,35 euros/trimestre

Pilates *activitat de curs
dimecres, de 10.15 a 11.15 h
a càrrec de Waldizi Maierhofer
Assoc. de Gent Gran d'Igualada
Casal Cívic i Comunitari - Casal
del Passeig
20 euros/trimestre

Mètode Pilates *activitat de curs
dilluns i dimecres, de 17 a 18 h
a càrrec de Carme Riba
Grup de Dones de les tardes
dels Dimecres
Casal Cívic i Comunitari Montserrat
36 euros/trimestre

loga *activitat de curs
dimecres i divendres, de 9.30 a
10.45 h
a càrrec de Raida Domènech
Grup de Dones de les tardes
del dimecres
Casal Cívic i Comunitari Montserrat
36 euros/trimestre



Estiraments – Stretching

del 26 d'abril al 14 de juny
dimecres, de 20 a 21 h
a càrrec de Carme Riba
Casal Cívic i Comunitari - Casal
del Passeig

Cardio fitness

*Exercicis per a treballar la
flexibilitat, la força, la
coordinació...*

del 26 d'abril al 21 de juny
dimecres, de 19 a 20 h
a càrrec de Jordi Cuerva
Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Abdominals *activitat de curs

Hipopressius

divendres, de 9.15 a les 10 h
Regidoria d'Esports de
l'Ajuntament d'Igualada
Casal Cívic i Comunitari - Casal
del Passeig
24,90 euros/trimestre

Txi-kung *activitat de curs

dimarts, de 19 a 20 h
a càrrec de Ricard Plaza
Assoc. de Veïns Barri de Sant
Crist
Casal Cívic i Comunitari Montserrat
20 euros/trimestre

Taitxí *activitat de curs

dilluns, de 10 a 11.15 h
a càrrec de David Cifré
Assoc. Catalana d'Afectats de
Fibromiàlgia i altres Síndromes de
Sensibilització Central
Casal Cívic i Comunitari Montserrat
9 euros/mes

Ball

Tradicional ball del diumenge
diumenge, de 16.30 a 20 h
Assoc. de Gent Gran d'Igualada
Casal Cívic i Comunitari - Casal
del Passeig
gratuït

Balls llatins

del 27 d'abril al 22 de juny
dijous, de 18.15 a 19.30 h - grup 1
dijous, de 19.30 a 20.45 h - grup 2
a càrrec de Jonathan Luque
Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Taitxí AEMA *activitat de curs

*Especialment adreçat a persones
afectades per esclerosi o altres
malalties que afecten la mobilitat*
dimarts, de 19 a 20 h
Assoc. d'Esclerosi múltiple de l'Anoia
Casal Cívic i Comunitari - Casal
del Passeig
gratuït



Gimnàstica suau

del 24 d'abril al 14 de juny
dilluns i dimecres, de 9 a 10 h - grup 1
a càrrec de Waldizi Maierhofer
del 25 d'abril al 15 de juny
dimarts i dijous, de 9 a 10 h - grup 2
a càrrec de Silvia Bautista
Casal Cívic i Comunitari - Casal
del Passeig

En forma 2

*Activitat física per a gent gran
molt suau, exercicis amb cadira.*
Programa de Gent Gran de la
Fundació "la Caixa"
del 25 d'abril al 15 de juny
dimarts i dijous, de 10.15 a 11.15 h
Casal Cívic i Comunitari - Casal
del Passeig, amb la
col·laboració de la Fundació "la
Caixa"

loga per gent gran

de 25 d'abril al 15 de juny
dimarts, d'11.30 a 12.30 h - grup 1
dijous, d'11.30 a 12.30 h - grup 2
a càrrec de Waldizi Maierhofer
Casal Cívic i Comunitari - Casal
del Passeig

Activitat física * activitat de curs **per a gent gran**

des dels 55 anys.

dilluns i dimecres, de 10 a 11 h - grup 1
dilluns i dimecres, d'11 a 12 h - grup 2
dimarts i dijous, de 10 a 11 h - grup 3
dimarts i dijous, d'11 a 12 h - grup 4
divendres, de 10 a 11 h - grup 5
Regidoria d'Esports de
l'Ajuntament d'Igualada
Casal Cívic i Comunitari Montserrat
24,75 euros/any - 1 sessió setmana
33,65 euros/any - 2 sessions setmana
58,40 euros/any - 3 sessions setmana

Activitat física * activitat de curs **suau per a gent gran**

divendres, d'11 a 12 h
Regidoria d'Esports de
l'Ajuntament d'Igualada
Casal Cívic i Comunitari Montserrat
24,75 euros/any



//////////////////// NOVES TECNOLOGIES

Joves i grans – noves tecnologies

Per a resoldre dubtes de mòbil, els i les joves ens ajudaran.

dates a concretar

divendres, d'11.30 a 12.30 h

Casal Cívic i Comunitari - Casal del Passeig amb la col·laboració de l'INS Joan Mercader

Fent camí amb els *smartphones* i les tauletes

Combinarem activitats pràctiques amb debat entorn a les noves tecnologies.

del 25 d'abril al 13 de juny

dimarts, d'11.45 a 12.45 h

a càrrec Sergio Sayago

Assoc. de Gent Gran d'Igualada
Casal Cívic i Comunitari - Casal del Passeig
gratuït

Videoconferències

Programa de Gent Gran de la Fundació "la Caixa"

del 24 d'abril al 15 de maig

dilluns i dimecres, de 9.30 a 11.30 h

Casal Cívic i Comunitari - Casal del Passeig, amb la col·laboració de la Fundació "la Caixa"

La meva salut

Programa de Gent Gran de la Fundació "la Caixa"

del 17 al 29 de maig

dilluns i dimecres, de 9.30 a 11.30 h

Casal Cívic i Comunitari - Casal del Passeig, amb la col·laboració de la Fundació "la Caixa"

Aula oberta – Espai Caixa

Per a practicar l'après als cursos d'informàtica. Les persones voluntàries poden resoldre dubtes que tinguin.

Programa de Gent Gran de la Fundació "la Caixa"

fins el 13 de juny

dimarts, de 10 a 12.30 h

Casal Cívic i Comunitari - Casal del Passeig, amb la col·laboració de la Fundació "la Caixa"



////////////////////
PUNT ÒMNIA CASAL
gestionat per la FAVIBC

Programa d'intervenció social que utilitza com a instrument les eines TIC i que cerca millorar i afavorir, tant individualment com col·lectivament, la inclusió i la vinculació de les persones a la comunitat. Per fer-ho es treballa d'acord amb tres eixos:

Aprentatge: vol garantir que totes les persones amb pocs coneixements digitals obtinguin una formació bàsica en el camp de les tecnologies de la informació i comunicació que els permeti no quedar excloses de la societat. Es desenvolupen tallers monogràfics de curta durada que consisteixen en uns itineraris formatius adequats als coneixements de les persones destinatàries.

Ocupabilitat: ofereix eines formatives informàtiques perquè els participants sàpiguen buscar recursos a la

xaixa i es puguin valer per ells mateixos en el seu procés d'inserció social i laboral. En concret i pel que fa a les persones en situació d'atur, les posa en contacte amb els serveis d'orientació social i laboral del territori i els facilita un conjunt d'hàbits i competències perquè arribin als agents d'inserció social amb la màxima preparació per tornar al mercat laboral el més aviat possible.

Acció comunitària: consisteix a facilitar eines per tal que les persones, entitats, grups i col·lectius generin dinàmiques de cohesió social i d'intercanvi. Es treballen aspectes com les tradicions, la cultura, la història, el banc del temps, etc. A l'Òmnia hi poden participar persones de totes les edats. És un servei gratuït.



Explora i navega amb ordinador

Aprendrem les primeres nocions d'ordinador, per saber-ne més de l'organització en carpetes i l'exploració per internet.

del 27 d'abril a l'1 de juny
dijous, de 10 a 11 h
Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Iniciació amb mòbil

Iniciació i dubtes amb mòbil intel·ligent, treballarem les aplicacions i ajustaments més habituals per aprendre a treure'n més profit (Smartphone).

del 4 de maig al 8 de juny
dijous, de 11.30 a 12.30 h
Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Xarxes socials

Per saber fer publicacions i dominar les característiques de les xarxes socials més habituals que tenim a l'abast, com el Facebook, Instagram i molt més!

del 2 de maig al 6 de juny
dimarts, 10 a 11 h
Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Aprèn a fer presentacions amb ordinador

Aprendrem a fer presentacions, targetes d'aniversari, àlbums, vídeos de fotos i molt més!

del 25 d'abril al 30 de maig
dimarts, de 11.30 a 12.30 h
Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Aprenem junts

Espai per a resoldre tràmits, documentació i gestions en línia. Cal demanar cita prèvia per utilitzar el recurs.

del 12 d'abril al 21 de juny
dimecres, de 15.30 a 18 h
Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Espai de lliure accés

L'Òmnia obre les seves portes per a persones que necessiten utilitzar l'ordinador, recursos informàtics amb acompanyament. Espai de lliure accés sense inscripció prèvia.

del 13 d'abril al 22 de juny
dilluns i dijous, de 15.30 a 18 h
Casal Cívic i Comunitari Montserrat



Compres segures per Internet



Xerrada informativa per aprendre a comprar per Internet de forma segura, vine per conèixer les tècniques i aplicacions més segures per fer les teves compres de forma telemàtica i segura.

31 de maig

dimecres, de 18.30 a 20 h

Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Club de Feina - Activitat amb cita prèvia

Servei d'Inserció Especialitzat d'Àuria Fundació, amb l'objectiu d'assessorar i orientar a les persones en recerca de feina.

dilluns, de 9.30 a 13 h (cal demanar cita a l'entitat)

Fundació Privada Àuria

Casal Cívic i Comunitari Montserrat

//////////////////// COMUNITATS CONTRA L'ÀILLAMENT SOCIAL

Projecte impulsat per la Direcció General d'Acció Cívica i comunitària del Departament de Drets Socials per atendre persones en situació de solitud no volguda. Acompanya a les persones en la socialització i la inclusió comunitària perquè aconseguixin més qualitat de vida.

Vols fer de voluntari/ària?

Et sents sol/a o coneixes persones que se senten soles?

Pots adreçar-te al 93 804 36 61 o al correu electrònic

cc.montserrat@gencat.cat

Casal Cívic i Comunitari Montserrat

**COMUNITATS CONTRA
L'ÀILLAMENT SOCIAL**



////////////////////
ENTITATS

**Programa de suport a les
Associacions**

Recursos i activitats al voltant de temes de civisme, sensibilització, diversitat cultural, coneixement de l'entorn, animació infantil, participació en projectes comunitaris i cessions d'espai.

**Assoc. de Gent Gran d'Igualada
Casal Cívic i Comunitari - Casal
del Passeig**

Promovem activitats culturals, esportives, formatives, artístiques i intergeneracionals Col·laborem amb programes i actuacions per a la gent gran d'administracions públiques i entitats de la nostra ciutat.
de dilluns a divendres, de 10 a 13 h
gentgranigu@gmail.com

**Assoc. de Familiars de Malalts
d'Alzheimer i altres demències
Casal Cívic i Comunitari Montserrat**

Volem donar suport a totes les persones afectades per aquesta malaltia mitjançant els seus serveis.

dijous, de 18 a 20 h
afada@afada.cat

**Assoc. Catalana d'Amics del
Poble Sahraui, ACAPS, Secció
Anoia**

Casal Cívic i Comunitari Montserrat
Treballem per donar a conèixer la problemàtica del poble sahraui, exiliat des de fa anys al desert d'Algèria, i donar suport al seu camí vers la independència.

Rondalla Novaunió

Casal Cívic i Comunitari Montserrat
Volem fer arribar la música de corda a totes les edats.
dilluns i dimarts, de 19.15 a 21 h



**Assoc. Intercultural Nour (Illum)
Casal Cívic i Comunitari Montserrat**

Volem donar suport i fomentar la integració de les persones immigrades. Organitzem

classes d'àrab per a infants, activitats culturals, xerrades, sortides, etc. I participem activament en la vida comunitària del barri i la ciutat.

Ens trobem el 1r dimecres de mes, de 10 a 11.30 h

Assoc. de Veïns del Barri les Flors

Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Treballem per al benestar general del barri.

Ens trobem el 1r divendres de mes, de les 18 a les 20 h

Grup d'acollida Océano

Casal Cívic i Comunitari Montserrat

Ens relacionem i compartim entre tots el procés que estem vivint i ens ajudem mútuament.

dimarts, a partir de les 20 h

Assoc. d'Esclerosi Múltiple de l'Anoia

Casal Cívic i Comunitari - Casal del Passeig

Donem a conèixer què és l'esclerosi, promoure l'ajuda mútua entre els afectats i donar suport als seus familiars. Estem oberts a tothom qui hi vulgui col·laborar.

Per contactar amb nosaltres, podeu enviar-nos un correu a aemanoia@gmail.com

Grup de dones de les Tardes dels Dimecres

Casal Cívic i Comunitari Montserrat

El nostre objectiu és el de fer un espai de trobada per a dones, on compartim, fem noves amistats, ens formem i creixem personalment i com a grup.

dimecres, de 15 a 19 h



//////////////////// INFORMACIÓ I INSCRIPCIONS

el **28 de març**, de 9.30 a 13h i de 16 a 18 h, podeu fer la vostra inscripció presencialment o per telèfon, indistintament als dos equipaments.

A partir del 29 de març, de dilluns a dimecres, de 10 a 13 h i de 16 a 18 h, i dijous i divendres, de 10 a 13 h

**Inscripcions per a Infants:
Jugar i descobrir al Casal Cívic i
Comunitari Montserrat:**

Cal trucar al 93 804 36 61

Ludoteca Sant Miquel:

Cal trucar al 93 805 57 34

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 per ordre de petició. 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. Les activitats de curs van de setembre a juny i les activitats semestrals de gener a juny.

**CCC Igualada - Casal del Passeig:
93 803 33 12**

**CCC Igualada - Montserrat:
93 804 36 61**

**Ludoteca Sant Miquel:
93 805 57 34**

**Oficina d'Afers Socials i Famílies:
93 805 17 14**

Més
informació a:

012
gencat.cat
Cost de la trucada: segons operadors.



Generalitat de Catalunya
Departament de Drets Socials