

Equipaments Cívics

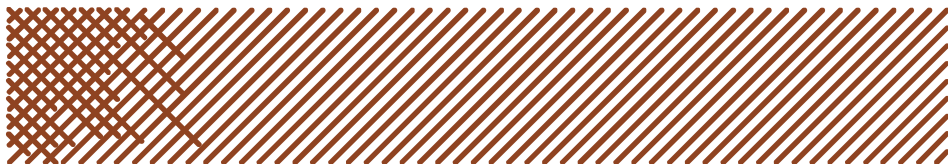
CASAL CÍVIC MONTSERRAT

CASAL DEL PASSEIG

OFICINA D'AFERS SOCIALS I FAMÍLIES

LUDOTECA SANT MIQUEL

Igualada



SETEMBRE /
DESEMBRE
2019





Equipaments Cívics

Igualada

CASAL CÍVIC IGUALADA - MONTSERRAT

c. Orquídiades, 7

CASAL CÍVIC IGUALADA – CASAL DEL PASSEIG

pg. Mn. Jacint Verdaguer, 67

OFICINA D'AFERS SOCIALS I FAMÍLIES

pg. Mn. Jacint Verdaguer, 67

LUDOTECA SANT MIQUEL

c. Trinitat, 12

Els equipaments cívics d'Igualada estan adscrits a la Direcció General d'Acció Cívica i Comunitària del Departament de Treball, Afers Socials i Famílies. Compten amb dos casals cívics, una oficina d'Afers Socials i Famílies i una Ludoteca.

Casal Cívic

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.

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 Montserrat

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



Oficina d'Afers Socials i Famílies

És un servei d'informació per apropar els serveis i recursos adreçats a famílies, joves, dones, gent gran, associacions, voluntariat, etc., que són competència del Departament de Treball, Afers Socials i Famílies o altres departaments de la Generalitat de Catalunya. També es tramiten diverses prestacions i ajudes del Departament (subvencions per a associacions, prestacions econòmiques per a famílies amb infants, per a persones amb discapacitat, pensions no contributives, reconeixement del grau de discapacitat, registre d'associacions, títol de família nombrosa i monoparental, etc.), i 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 juguina 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 juguina. A la ludoteca es treballen valors cívic com el respecte, la solidaritat, la convivència, es desenvolupa la imaginació, es fomenta l'amistat.

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



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

Podologia

Demana hora a recepció
Casal del Passeig

Perruqueria unisex

Podeu demanar hora a la mateixa perruqueria o trucar a l'equipament 93 803 33 12.
dilluns, de 15 a 19.30 h, 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 del Passeig

Cafeteria menjador

Per a més informació, podeu trucar al 676 178 623.

Cafeteria
de dilluns a divendres,
de 9 a 13.30 h i de 15 a 20 h, i
diumenge, de 16 a 20 h
Menjador
de dilluns a divendres,
de 13.30 a 15 h
Casal del Passeig

Servei d'Atenció i Orientació a les Famílies

Atenció psicològica, de suport, orientació, cooperació i assessorament a les famílies. Informació, atenció psicològica i orientació jurídica de forma gratuïta a famílies que ho necessitin. Visites concertades al telèfon 636 365 631.
a partir del 2 de setembre
Ass. Dones amb Empenta
Casal Cívic Montserrat i
Casal del Passeig

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

dimecres, quizenalment, a partir de les 10.30 h
Agència de l'Habitatge de Catalunya
Casal Cívic Montserrat

Espai d'atenció i suport psicològic per a homes d'Igualada

Cal cita prèvia des de Serveis socials de l'Ajuntament.
dimarts, de 10 a 14 h
Ajuntament d'Igualada
Casal del Passeig



Servei d'atenció psicològica per a la gent gran

Per a persones a partir de 65 anys. Per contactar: 653807601 o info@psicologiytu.com divendres quinzenalment, de 9 a 14 h

Ass. Psicologia ytu
Casal Cívic Montserrat i
Casal del Passeig

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, d'Igualada (Igualada)
Consell comarcal: 93 805 15 85
Plaça de Sant. Miquel, 5, d'Igualada (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 Montserrat

Programa ONA

Orientació i Inserció laboral per a dones en situació d'atur.
del 23 de setembre al 25 d'octubre (3a edició)
dilluns, dimecres i divendres, de 9.30 a 12.30h

Ass. DAE (Dones amb Empenta)
www.dae.cat
Contacte: 93.804.54.82 / programaona@dae.cat
Casal del Passeig



EXPOSICIONS

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

Casal Cívic Montserrat i Casal del Passeig

Tècniques de dibuix i pintura

Exposició
del 16 al 27 de setembre
en horari de l'equipament
Ass. Montserratin@s
Casal Cívic Montserrat



////////////////////
ESPai PER A TOTHOM

**Punt de trobada de parelles
lingüístiques**

Apunta't. Si ets catalanoparlant, ajudaràs una persona a millorar el seu català oral. Si no parles català habitualment, podràs quedar amb un voluntari lingüístic. Inscriu-te a www.vxl.cat o de manera presencial al Servei de Català d'Igualada

a partir del 2 de setembre
en horari dels equipaments
Consorti per a la Normalització
Lingüística i Servei Local de
Català

Casal Cívica Montserrat i Casal
del Passeig

Racó familiar

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

en l'horari de l'equipament
Casal Cívica Montserrat

Espai Wi-Fi

en horari dels equipaments
Casal Cívica Montserrat i Casal
del Passeig

Sala del Casal

Per trobar-se, jugar a jocs de taula o xerrar. Consulteu les condicions i els horaris a consergeria.

Casal Cívica 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 Cívica Montserrat i
Casal del Passeig

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 Cívica Montserrat i
Casal del Passeig



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

Ludoteca * activitat de curs
Els infants poden venir a jugar una tarda a la setmana conèixer nous jocs i nous companys. Préstec de jocs de taula per als usuaris inscrits a la Ludoteca. Per a infants nascuts entre el 2008 i el 2014.
de dilluns a divendres,
de 17 a 20 h

Visites escolars
La ludoteca ofereix activitats perquè grups escolars puguin aprendre tot jugant: Juguem amb grans jocs cooperatius (per a infants de 3r i 4t de primària), Juguem amb jocs matemàtics (per a infants de 5è i 6è de primària) i Jugant descobrim(per a infants de P4, 1r, 3r i 5è de primària). Cal concertar visita trucant a la ludoteca a partir del dijous 5 de setembre.

Ludoteca Sant Miquel

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 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.
de dilluns a dijous, de 17 a 19.30 h

Visites escolars
Per conèixer l'espai de joc del Jugar i descobrir i passar un matí jugant i descobrint. Per P3 i P5 d'educació infantil i 2n, 4t i 6è de primària. Cal concertar visita telefònicament a partir del 5 de setembre
dijous, de 10 a 11.30 h
Casal Cívic Montserrat



Anglès * activitat de curs

per a nens

Per a infants de 3r a 6è de primària.

a partir de l'1 d'octubre
dimarts, de 17.30 a 19 h - grup 1
(5è i 6è)

divendres, de 17.30 a 19 h - grup 2
a càrrec de Dora Gay
Associació Intercultural Nour
Casal Cívic Montserrat
12 euros/mes

Àrab * activitat de curs

per a infants

Per aprendre a escriure la llengua àrab. A partir de 1r de primària.

a partir del 2 d'octubre
dilluns i dimecres, de 17.30 a 19 h -
grup 1

dilluns i dimecres, de 19 a 20.30 h -
grup 2

divendres, de 17.30 a 19.30 h - grup 3
a càrrec de Faouzia Oulad
Bouchatta
Ass. Intercultural Nour
Casal Cívic Montserrat
10 euros/mes

Comencem * activitat de curs

a cosir

Per motivar els infants a aprendre a agafar una agulla i fer quatre puntades i donar-los una base per començar a treballar.

a partir del 2 d'octubre
dimecres, de 17.30 a 18.30 h
a càrrec de Magdalena Martínez
Ass. de Veïns del Barri Montserrat
Casal Cívic Montserrat
5 euros/mes

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

Hipopressius amb el teu nadó

Vine amb el teu nadó a fer recuperació del sòl pelvià. Amb nadons de menys de 8 mesos.

del 2 d'octubre al 18 de
desembre

dimecres, de 12 a 13 h
a càrrec de Marta Caralt
Ass. de Gent Gran d'Igualada
Casal del Passeig
25 euros/trimestre



Tallers en família: Cuinem junts

Per aprendre a cuinar en família, tot adquirint nocions de nutrició.

del 8 al 29 de novembre
divendres, de 18 a 19.30 h
Casal Cívic Montserrat

Grup de suport * activitat de curs a la lactància materna

Obert a les mares; no cal inscripció.

a partir del 5 de setembre
dijous, de 15 a 16 h
ASSIR Anoia - CAP Anoia
Casal del Passeig
gratuït

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

Per compartir una estona de joc amb els fills. Obert als pares, als avis, etc. No cal inscripció.

Aforament limitat
a partir de 20 de setembre
divendres, de 17 a 19.30 h
Casal Cívic Montserrat

Ludoteca familiar

Oberta perquè pares i mares puguin conèixer i compartir jocs i joguines amb els seus fills tot passant una estona agradable en companyia d'altres famílies.

Recomanada per a infants a partir de 3 anys acompanyats dels seus familiars. No cal inscripció. Aforament limitat
del 19 d'octubre al 21 de
desembre.

dissabte, de 17.30 a 19.30 h
Ajuntament d'Igualada
Ludoteca Sant Miquel

Activitats per a infants i famílies

Habilitats socials amb infants, joves i famílies

a partir del 2 de setembre
dilluns, dimecres, dijous i
divendres, de 15 a 20 h
Associació Asperger de
Catalunya
Casal Cívic Montserrat
26 euros/trimestre



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

L'hora del tennis de taula * activitat de curs

a partir del 12 de setembre
dilluns, dimecres i divendres,
de 18 a 20.30 h
Casal Cívic Montserrat

Futbolí jove * activitat de curs

a partir del 12 de setembre
dilluns, dimecres i divendres,
de 18 a 20.30 h
Casal Cívic Montserrat

Casinet juvenil *activitat de curs

*Podràs trobar-te amb els teus
amics, jugar, llegir, parlar,
conèixer gent nova... Anima't!
en l'horari del Casal Cívic... i
dins del Casinet juvenil: la
cartellera de l'Espai Jove, un
plafó on trobar informació de
tota mena i on tu també pots
penjar tot allò que t'interessi.*
a partir del 12 de setembre
dilluns i dimecres, de 17.30 a
20.30 h i divendres, de 17.30 a
21 h
Casal Cívic Montserrat

**Sala de lectura * activitat de curs
juvenil**

*Espai amb suport informàtic i
Internet per venir a fer deures,
treballs, estudiar,...*
a partir del 16 de setembre
de dilluns a dijous, de 18 a
19.30 h
Casal Cívic Montserrat

Breakdance * activitat de curs

dimarts i dijous,
de 20.30 a 21.45 h
Grup de Breakdance
Casal Cívic Montserrat

Dansa urbana

*Un espai on podràs aprendre a
ballar diferents estils actuals
com: k-pop, shuffle, hip hop i
molt més.*
de l'11 d'octubre al 29 de
novembre
divendres, de 18 a 19 h
a càrrec de Judit Baubí
Casal Cívic Montserrat

Activa't jove * activitat de curs

*Si vols moure't i fer coses,
aquest és el teu lloc. Vine,
activa't i coneix el món del
voluntariat!*
a partir del 16 de setembre
dilluns, de 18 a 20 h
Casal Cívic Montserrat



Trap and rap

Vine a descobrir més sobre el Trap i la cultura musical urbana, crear noves cançons, bases i molt més.

del 16 d'octubre al 27 de novembre
dimecres, de 18 a 19.30 h
Casal Cívic Montserrat

nou

Tècniques d'estudi expressió oral

Vine per saber-ne més del que has de fer per millorar a l'hora d'expressar-te en públic.

del 23 d'octubre al 27 de novembre
dimecres, de 18.30 a 20 h
Casal Cívic Montserrat

Cuina europea

Farem plats i receptes típiques del nord d'Europa, vina per saber-ne més de la cultura culinària del continent.

del 10 d'octubre al 14 de novembre
dijous, de 17.45 a 19.15 h
a càrrec de Verónica Vázquez
Casal Cívic Montserrat

nou

Tennis taula

Per aprendre a jugar i millorar la teva tècnica amb bona companyia.

del 8 al 29 de novembre
divendres, de 18 a 19.30 h
Casal Cívic Montserrat

nou

Postres de la iaia

Postres típics i tradicionals d'allò més bons.

del 8 d'octubre al 12 de novembre
dimarts, de 18 a 19.30 h
a càrrec de Verónica Vázquez
Casal Cívic Montserrat

nou

Teatre social

Entre tots podem fer l'impossible, utilitzant una tècnica teatral que permet arribar a tothom i fer-los pensar sobre tot allò que ens envolta.

del 17 d'octubre al 21 de novembre
dijous, de 17.30 a 19 h
Casal Cívic Montserrat

nou



Flow a l'instagram

Vols aprendre a fer i editar bones fotografies? Vine i participa en aquest taller de fotografia i disseny d'insta, aprendràs tot el que has de saber per tenir flow!

del 21 d'octubre al 25 de novembre
dilluns, de 18 a 19.30 h
per a joves d'entre 14 i 18 anys
Casal Cívic Montserrat



Anglès per a joves

Per a joves de 1r i 2n d'ESO.
de l'1 d'octubre al 17 de desembre
dimarts, de 16 a 17.30 h
a càrrec de Dora Gay
Ass. Intercultural Nour
Casal Cívic Montserrat
12 euros/mes



Instruments reciclats per Santa Cecília

del 18 al 22 de novembre
de dilluns a divendres, de 18 a 19.30 h
Casal Cívic Montserrat

PER LLEPAR-SE ELS DITS



La cuina de cada dia

del 7 d'octubre al 18 de novembre
dilluns, de 18.30 a 20.30 h
a càrrec de Montse Bartolomé
Ass. de Gent Gran d'Igualada
Casal del Passeig
45 euros (inclou material)

Cuina de Nadal

del 2 al 16 de desembre
dilluns, de 18.30 a 20.30 h
a càrrec de Montse Bartolomé
Ass. de Gent Gran d'Igualada
Casal del Passeig
25 euros (inclou material)

ACTIVITATS MANUALS I ARTÍSTIQUES

Treballs manuals

del 2 d'octubre al 18 de desembre
dimecres, de 10 a 12 h
a càrrec de Rosa Vilamajor
Casal Cívic Montserrat



Treballs * activitat de curs

manuals Àuria

a partir del 7 d'octubre
dilluns, de 18 a 19 h

Àuria Grup

Casal Cívic Montserrat

preu a consultar a l'entitat

Ceràmica

del 2 d'octubre al 18 de
desembre

dimecres, de 18 a 19.30 h

a càrrec de Mary Gumà

Casal del Passeig



Exploding box

*Crearem una capsula explosiva
amb la tècnica de l'scrap.*

29 d'octubre i 5 de novembre

dimarts, de 19 a 21 h

a càrrec d'Àlicia Artigues

Casal Cívic Montserrat

Tècniques de dibuix i pintura

*Aprendrem diferents tècniques
com gravats amb linòleum,
pintura japonesa, vitrall, pintura
experimental, etc.*

de l'1 d'octubre al 17 de
desembre

dimarts, de 10 a 12 h

a càrrec de M. Eulàlia Queraltó

Ass. Montserratin@s

Casal Cívic Montserrat

40 euros/curs

Tècniques creatives

del 3 d'octubre al 19 de
desembre

dijous, de 10 a 11.30 h

a càrrec de Susana Sevilla

Casal del Passeig

**Restauració i decoració de
mobles**

del 30 de setembre al 16 de
desembre

dilluns, de 10 a 12 h

a càrrec de Sita Gurt

Grup de Dones de les Tardes
dels Dimecres

Casal Cívic Montserrat

40 euros/curs

Aquarel·la i pintura a l'oli

del 30 de setembre al 16 de
desembre

dilluns, de 19.15 a 21.15 h

a càrrec d'Elisabet Soler

Ass. de Veïns Barri Sant Crist

Casal Cívic Montserrat

40 euros/curs

Labors de retalls – Patchwork

de l'1 d'octubre al 17 de
desembre

dimarts, de 17 a 18.30 h

a càrrec d'Ester Parcerissas

Casal del Passeig



Labors

Per aprendre a fer ganxet, mitja, cosir a mà i a màquina, fer una vora, arreglar un descosit, etc.

de l'1 d'octubre al 17 de desembre

dimarts, de 10 a 12 h

a càrrec de Rosi Parra i Carmen Olid

Grup de Dones de les Tardes dels Dimecres

Casal Cívic Montserrat

5 euros/curs

El Cosidor * activitat de curs

a partir del 30 de setembre

dilluns, de 16 a 17.30 h

a càrrec de Paquita Peña

Ass. de Gent Gran d'Igualada

Casal del Passeig

gratuït

Scrapbook de Nadal

L'art de crear, arxivar i decorar les nostres fotografies i records

del 12 de novembre al 10 de desembre

dimarts, de 19 a 21 h

a càrrec d'Alícia Artigues

Casal Cívic Montserrat

Decoracions nadalenques

del 20 de novembre al 18 de desembre

dimecres, de 19.30 a 21.30 h

Casal Cívic Montserrat



TRENQUEM BARRERES PER TU

Trenquem barreres per a tu

Projecte amb la finalitat d'aconseguir arribar a les persones que, a causa de les barreres arquitectòniques en l'habitatge i de problemes de salut, han vist reduïdes la seva mobilitat i la relació social amb la comunitat. Vols fer de voluntària o voluntari?

Necessites aquest servei o coneixes algú que el pot necessitar? Pots posar-te en contacte amb nosaltres al telèfon 93 804 36 61.

Grup de Dones de les Tardes dels Dimecres i Casal Cívic Montserrat



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

Las chicas del calendario

Cinefòrum

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

25 de novembre

dilluns, a les 17 h

Casal del Passeig amb la
col·laboració de la Fundació
Bancària "la Caixa"

Bons lectors

* activitat de curs

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

a partir del 16 de setembre

dilluns, d'11.30 a 13 h

Grup de Dones de les Tardes
dels Dimecres

Casal Cívic Montserrat
gratuït

Logopèdia

* activitat de curs

Per persones amb Parkinson.

a partir del 13 de setembre

divendres, d'11 a 12 h

Ass. Catalana per al Parkinson,
delegació de l'Anoia

Casal Cívic Montserrat
25 euros/mes

Autodefensa per dones

*Reflexió per a dones i per
aprendre diferents tècniques
d'autodefensa.*

del 8 al 29 de novembre
divendres, de 19 a 20.30 h
Casal Cívic Montserrat

Història de la música

*Per als qui els agrada la història
i conèixer més profundament
els compositors, tant clàssics
com moderns.*

del 3 d'octubre al 19 de
desembre
dijous, de 19 a 20 h
a càrrec de Xavier Cassanyas
Casal del Passeig

Les tardes

* activitat de curs

dels dimecres

*Espai de trobada per a dones on
compartim, fem amistat i fem
diverses activitats: ganxet,
mitja, pintura, labor de retalls,
punes al coixí; fem petar la
xerrada, ...*

dimecres, de 15 a 19 h
Grup de Dones de les Tardes
dels Dimecres
Casal Cívic Montserrat
20 euros/any



Entrenament de la memòria

del 3 d'octubre al 19 de
desembre
dijous, de 16 a 17.30 h
a càrrec de Francina Soler
Casal Cívic Montserrat

Entre lectura i jocs de memòria

*Per a persones que volen
entrenar la memòria sense
haver de llegir ni escriure.*

del 3 d'octubre al 19 de
desembre
dijous, d'11.15 a 12.15 h
a càrrec de Francina Soler
Casal del Passeig

Refresquem la memòria

* activitat de curs

a partir del 30 de setembre
dilluns, de 16.15 a 17.45 h
a càrrec de Francina Soler
Ass. de Gent Gran d'Igualada
Casal del Passeig
25euros/trimestre

Cosmètica natural

*Aprèn a fer cosmètics amb
productes naturals.*

del 16 d'octubre al 13 de
novembre
dimecres, de 19.30 a 21.30h
Casal Cívic Montserrat



Anglès

*activitat de curs

per a gent gran

a partir de l'1 d'octubre
dimarts, de 9.30 a 10.30 h - grup 1
dimarts, de 10.30 a 11.30 h - grup 2
dimarts, d'11.30 a 12.30 h - grup 3
a càrrec de Christophe
Beaufumé
Ass. de Gent Gran d'Igualada
Casal del Passeig
60 euros/curs

Català

*Presencials o en línia a través de
la plataforma Parla.cat;
certificats oficials i vàlids per a
informes d'arrelament;
descomptes del 70 % a aturats i
del 50 % a pensionistes, entre
d'altres; voluntariat per la
llengua i activitats culturals*
a partir del 24 de setembre
diferents horaris
ConSORCI per a la Normalització
lingüística
Casal Cívic Montserrat
Casal del Passeig



Castellà * activitat de curs
per a nous

a partir de l'1 d'octubre
dimarts, de 9.30 a 11 h
Associació Cultural Alfarabi
Casal Cívic Montserrat
20euros/trimestre

Alfabetització

Per aprendre a llegir i escriure.
del 2 d'octubre al 18 de
desembre
dimecres, de 9.30 a 11 h
a càrrec d'Ikram Yakoubi
Casal Cívic Montserrat

**Tècniques per reduir
l'estrès**

*Vivim molt ràpid, sempre
amb presses, hi ha tècniques
per alleugerir aquest estrès,
tant físic com emocional.*
del 22 d'octubre al 10 de
desembre
dimarts, de 18 a 19 h
Casal del Passeig



Francès *activitat de curs
per gent gran

a partir del 4 d'octubre
divendres, d'11 a 12 h
a càrrec de Nicole Besançon
Ass. de Gent Gran d'Igualada
Casal del Passeig
5 euros/curs

**Sessions de grup de l'Ass. de
Familiars de Malalts d'Alzheimer
i altres demències**

*Sessions de grup que treballen
diversos aspectes relacionats
amb la malaltia, els malalts i els
cuidadors.*

31 d'octubre i 28 de novembre
últim dijous de mes, a les 18 h
AFADA
Casal Cívic Montserrat
gratuït

Càmera i acció *activitat de curs

a partir del 4 de setembre
dimecres, de 15 a 16.30h
Salut Mental Catalunya Anoia -
Club social Aidar
Casal Cívic Montserrat
gratuït

Alimenta el teu benestar

*Ofereix pautes i hàbits per tenir
una alimentació saludable i
equilibrada que ajudi a millorar
la salut.*

Programa de Gent Gran
de l'Obra Social "la Caixa"
del 7 d'octubre a l'11 de
novembre
dilluns, de 17.30 a 19.30 h
Casal del Passeig amb la
col·laboració de la Fundació
Bancària "la Caixa"



Viure com jo vull

Per afrontar l'envelliment i deixar d'entendre aquesta nova etapa de la vida com un període de pèrdues i passar a centrar-se en les oportunitats i fortaleces que pugui oferir.

Programa de Gent Gran de l'Obra Social "la Caixa" del 2 d'octubre al 18 de desembre
dimecres, de 10 a 11.30 h
Casal del Passeig amb la col·laboració de la Fundació Bancària "la Caixa"

Espai per dones

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 2 de setembre al 16 de desembre
dilluns, de 16 a 17.30 h
Salut Mental Catalunya Anoia - Club Aidar
Casal del Passeig
30 euros/trimestre

Apodera't

Espai d'assessorament i Informació. Es constitueix com un espai d'assessorament, obert a totes les dones de la societat, que tinguin la necessitat d'atenció, consulta i informació sobre el projecte de l'Espai per dones, o sobre recursos i serveis relacionats amb el món de la dona.

del 2 de setembre al 16 de desembre
dilluns, de 17.30 a 18.30 h
Salut Mental Catalunya Anoia - Club Aidar
Casal del Passeig
gratuït

Teatre Social Aidar

a partir 4 de setembre
dimecres, de 17 a 18h
Salut Mental Catalunya Anoia - Club social Aidar
Casal Cívic Montserrat
gratuït



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

Coral * activitat de curs

Terranostra

Assaig de la coral

a partir del 2 de setembre
dilluns, de 19.45 a 21 h i dijous,
de 19.30 a 21 h

Coral Terranostra

Casal Cívic Montserrat

gratuït

Solfeig per *activitat de curs

a gent gran

a partir del 30 de setembre
dilluns, de 16 a 17 h

a càrrec de M. Teresa Roig

Ass. de Gent Gran d'Igualada

Casal del Passeig

5 euros/curs

Coral * activitat de curs

Cors Units

a partir del 23 de setembre
dilluns, de 17 a 19 h

a càrrec de Vicenta Quero

Ass. de Gent Gran d'Igualada

Casal del Passeig

gratuït

So preenregistrat - Playback

Llum i color * activitat de curs

a partir del 3 de setembre
dimarts, de 16 a 19 h

Ass. de Gent Gran d'Igualada

Casal del Passeig

gratuït

Teatre * activitat de curs

Grup de teatre obert a qui en

vulgui aprendre i fer un grup.

Per a totes les edats

a partir del 19 de setembre
dijous, de 19 a 20.30 h

a càrrec de Montse i Laia

Amargós

grup de Dones de les Tardes

dels Dimecres

Casal Cívic Montserrat

gratuït

Tuna *activitat de curs

Novaunió

Assaig de la tuna

a partir del 2 de setembre
dilluns, de 19.45 a 21.45 h i

dimarts, de 19 a 21.45 h

Rondalla Novaunió

Casal Cívic Montserrat

gratuït



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

Activitat física * activitat de curs
per a gent gran

des dels 55 anys.

a partir del 12 de setembre
dilluns i dimecres, de 10 a 11 h - grup 1
dilluns i dimecres, d'11 a 12 h - grup 2
dimarts i dijous, d'11 a 12 h - grup 3
divendres, de 10 a 11 h - grup 4
Regidoria d'Esports de
l'Ajuntament d'Igualada
Casal Cívic Montserrat
24.55 euros/any – 1 sessió
setmana
33.40 euros/any – 2 sessions
setmana

Activitat física * activitat de curs
suau per a gent gran

*Activitat física de cadira per a
gent gran amb dificultat de
moviment.*

a partir del 4 d'octubre
divendres, d'11 a 12 h
a càrrec de Sergi Alamillo
Regidoria d'Esports de
l'Ajuntament d'Igualada
Casal Cívic Montserrat
24.55 euros/any

Activitat física * activitat de curs

Àuria

a partir del 10 d'octubre
dijous, de 18 a 19 h
Àuria Grup
Casal Cívic Montserrat
preu a consultar a l'entitat

Gimnàstica suau

del 30 de setembre al 19 de
desembre
dilluns i dimecres, de 9 a 10 h - grup 1
a càrrec de Waldizi Maierhofer
dimarts i dijous, de 9 a 10 h - grup 2
a càrrec de David Barranco
Casal del Passeig

Activitat física * activitat de curs
suau per a adults

*Per a adults amb dificultat de
moviment. De 18 a 65 anys.*

a partir de l'1 d'octubre
dimarts i dijous, de 15.30 a
16.30 h
a càrrec de Teresa Torrents
Regidoria d'Esports de
l'Ajuntament d'Igualada
Casal Cívic Montserrat
24.75 euros/trimestre – 1 dia;
37.05 euros/trimestre – 2 dies





En forma 1

Programa de Gent Gran de l'Obra Social "la Caixa" *Orientat a millorar la condició física de la gent gran.*
del 2 d'octubre al 27 de novembre
dimecres i divendres, de 16.45 a 17.45
Casal del Passeig amb la col·laboració de la Fundació Bancària "la Caixa"

Estiraments - *Stretching*

del 2 d'octubre al 18 de desembre
dimecres, de 20 a 21 h
a càrrec de Carme Riba
Casal del Passeig

Estiraments *activitat de curs

Musculars

a partir de l'1 d'octubre
dimarts i dijous, d'11.15 a 12 h
Regidoria d'Esports de l'Ajuntament d'Igualada
Casal Cívic Montserrat
24.75 euros/trimestre – 1 dia;
37.05 euros/trimestre – 2 dies

Abdominals *activitat de curs

hipopressius

a partir del 4 d'octubre

Casal del Passeig

divendres, de 9.15 a les 10 h – grup 1
divendres, de 10 a 10.45 h - grup 2

Casal Cívic Montserrat

divendres, d'11.15 a 12 h – grup 3
Regidoria d'Esports de l'Ajuntament d'Igualada
24.75 euros/trimestre

Zumbaeròbic *activitat de curs

a partir del 30 de setembre
dilluns i dimecres, de 19 a 20 h – grup 1
dilluns i dimecres, de 20 a 21 h – grup 2
a càrrec de Judith Llorach i Susanna Maldonado
Ass. Veïns del Barri del Sant Crist
Casal Cívic Igualada- Montserrat
36 euros/trimestre

Zumba °

del 30 de setembre al 16 de desembre
dilluns, de 10.15 a 11.15
a càrrec de Zaira Mesa
Ass. de Gent Gran d'Igualada
Casal del Passeig
18 euros/trimestre



Dona i esport *activitat de curs

Dones de 30 a 55 anys.
a partir del 12 de setembre
dimarts i dijous, de 10 a 11 h
Regidoria d'Esports de
l'Ajuntament d'Igualada
Casal Cívic Montserrat
24.75 euros/trimestre – 1 dia;
37.05 euros/trimestre – 2 dies

Gimnàstica de cadira *activitat de curs

a partir de l'1 d'octubre
dimarts, de 10 a 11 h - grup 1
dijous, de 10 a 11 h - grup 2
a càrrec de David Barranco
Ass. de Gent Gran d'Igualada
Casal del Passeig
46 euros/curs

Marxa nòrdica *activitat de curs

*Per sortir en grup, conèixer nous
recorreguts i afinar la nostra
tècnica amb el suport de la
monitora*
a partir del 7 d'octubre
dilluns, de 9.30 a 10.30 h
a càrrec de Susanna Maldonado
Grup de Dones de les Tardes
dels Dimecres
Casal Cívic Montserrat
22 euros/trimestre

Ioga per gent gran

de l'1 d'octubre al 19 de
desembre
dimarts, d'11 a 12 h - grup 1
dijous, d'11 a 12 h - grup 2
a càrrec de Waldizi Maierhofer
Casal del Passeig

Ioga *activitat de curs

a partir del 2 d'octubre
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 Montserrat
36 euros/trimestre



Iogalates amb coreografia

*Combina el ioga i el pilates amb
una coreografia.*
del 9 d'octubre al 18 de
desembre
dimecres, de 18 a 19 h
a càrrec de Carme Riba
Casal Cívic Montserrat

Txi-kung *activitat de curs

a partir de l'1 d'octubre
dimarts, de 19 a 20 h
a càrrec de Ester Segué
Ass. de veïns Barri de Sant Crist
Casal Cívic Montserrat
18 euros/trimestre



Taitxí i Qigong *activitat de curs
per a gent gran
a partir del 2 d'octubre
dimecres, de 10.30 a 11.30 h
a càrrec d'Ester Segués
Ass. de Gent Gran d'Igualada
Casal del Passeig
54 euros/curs

Taitxí *activitat de curs
a partir del 7 d'octubre
dilluns, de 10 a 11.15 h
a càrrec de David Cifré
Ass. Catalana d'Afectats de
Fibromiàlgia
Casal Cívic Montserrat
8 euros/mes

Mètode Pilates *activitat de curs
a partir del 30 de setembre
dilluns i dimecres, de 17 a 18 h
a càrrec de Carme Riba
Grup de Dones de les tardes
dels dimecres
Casal Cívic Montserrat
36 euros/trimestre

Pilates per gent gran *activitat de curs
a partir del 30 de setembre
dilluns, d'11.30 a 12.30 h
a càrrec de Waldizi Maierhofer
Ass. de Gent Gran d'Igualada
Casal del Passeig
54 euros/curs

Balls llatins
del 10 d'octubre al 19 de
desembre
dijous, de 19 a 20.30 h
Casal Cívic Montserrat

Iniciació al swing
del 18 d'octubre al 20 de
desembre
divendres, de 18 a 19 h
Casal Cívic Montserrat



Ball *activitat de curs
a partir del 8 de setembre
diumenge, de 17.30 a 20 h
Ass. de Gent Gran d'Igualada
Casal del Passeig
gratuït

Sardanes *activitat de curs
a partir del 13 de setembre
divendres, de 19 a 21 h
Grup de Dones de les Tardes
dels Dimecres
Casal Cívic Montserrat
5 euros/curs

Sevillanes
a partir del 2 d'octubre
dimecres, de 18 a 19 h
a càrrec de Verónica Iglesias
Ass. de Veïns del Barri Sant Crist
Casal Cívic Montserrat
22 euros/curs



Ociesport *activitat de curs

Àuria

a partir del 5 de setembre
dijous, de 15.30 a 16.30 h

Àuria Grup

Casal Cívic Montserrat

preu a consultar a l'entitat

Fisioteràpia *activitat de curs

*Per a persones afectades de la
malaltia de Parkinson.*

divendres, de 10 a 11 h

Ass. Catalana per al Parkinson,
delegació Anoia

Casal Cívic Montserrat

25 euros/mes

NOVES TECNOLOGIES

Inicia't amb el mòbil

*Per aprendre a utilitzar les
funcions bàsiques. Només
sistema android.*

del 3 d'octubre al 19 de
desembre

dijous, de 9.30 a 10.30 h

a càrrec de Cristina Sánchez

Casal del Passeig

Aula oberta

Programa de Gent Gran de
l'Obra Social "la Caixa"
del 24 de setembre al 17 de
desembre

dimarts, de 10 a 12.30 h

Casal del Passeig amb la
col·laboració de la Fundació
Bancària "la Caixa"

Iniciació a la informàtica

*Per establir les bases per
entendre el món digital i
adquirir més coneixements. Per
a persones que no s'han iniciat
a la informàtica o tenen molts
pocs coneixements.*

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

del 8 al 31 d'octubre

dimarts i dijous, de 17 a 19 h

Casal del Passeig amb la
col·laboració de la Fundació
Bancària "la Caixa"



Comunica't per la xarxa

Per conèixer i practicar amb les eines de comunicació digitals més populars i així millorar la comunicació amb l'entorn més proper. Cal tenir coneixements bàsics d'informàtica i de navegació per Internet.

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 del Passeig amb la col·laboració de la Fundació Bancària "la Caixa"

Prepara la teva sortida o desplaçament

Per a introduir-se en aplicacions vinculades amb el transport i la mobilitat de persones. Prepareu un viatge. Cal tenir coneixements bàsics d'informàtica i de navegació 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 del Passeig amb la col·laboració de la Fundació Bancària "la Caixa"

Fes tràmits per Internet

Coneix i practica amb les principals eines digitals disponibles actualment, per realitzar tràmits quotidians per Internet. Cal tenir coneixements bàsics d'informàtica i experiència en la navegació per Internet i ús del correu electrònic.

Programa de Gent Gran de l'Obra Social "la Caixa" del 5 de novembre al 5 de desembre
dimarts i dijous, de 17 a 19 h
Casal del Passeig amb la col·laboració de la Fundació Bancària "la Caixa"

//////////////////// PUNT ÒMNIA gestionat per 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: Aprenentatge: 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 xarxa 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 al 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.

Crea textos i navega per Internet.

Realitzar textos, treballar amb imatges i navegar per Internet. És necessari haver fet un curs d'introducció a l'ordinador o tenir els coneixements equivalents.

del 2 d'octubre al 20 de novembre
dimecres, de 10 a 11.15 h
Casal Cívic Montserrat

Aprèn a fer presentacions

Vine a l'Òmnia i aprèn a fer les teves pròpies presentacions amb diapositives i molt més!

Per fer aquest curs és indispensable haver fet un curs amb l'ordinador o tenir els coneixements equivalents.

del 3 d'octubre al 21 de novembre
dijous, de 10 a 11.30 h
Casal Cívic Montserrat



Aplica't amb el mòbil

Curs de continuació amb el mòbil on ens endinsarem a la gestió de les aplicacions i aprendrem noves funcionalitats d'aquestes.

de l'1 d'octubre al 12 de novembre
dimarts, d'11.45 a 12.45 h
Casal Cívic Montserrat

Passa't les fotos

*Vine a l'Òmnia i aprèn com traspasar les fotos del mòbil a l'ordinador.
Cal portar un llapis de memòria.*

del 5 al 12 de novembre
dimarts, de 10 a 11 h
Casal Cívic Montserrat

Domina el WhatsApp

Curs bàsic per aprendre a utilitzar l'aplicació de missatgeria instantània més utilitzada del món.

del 17 d'octubre al 7 de novembre
dijous, de 12 a 13 h
Casal Cívic Montserrat

Espai de trobada: Accés lliure

Vine a l'Òmnia a consultar el teu correu, navegar per Internet, cercar feina... En resum, un espai per a tu!

del 2 d'octubre al 27 de novembre
dimecres, de 15.45 a 17.30 h
Casal Cívic Montserrat

Club de Feina

Servei gestionat pel 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
Fundació Privada Àuria
Casal Cívic Montserrat



LLEURE FESTES I

TRADICIONS

Celebrem el Nadal al Casal del Passeig

Actuació de la Coral "Cors Units.
dilluns, 16 de desembre
a les 17 h
Ass. de Gent Gran d'Igualada
gratuït



6è aniversari del

Casal del Passeig

Ho celebrarem bufant les espelmes, amb un dinar i l'actuació de play back "Llum i color"

13 de desembre

horari a concretar

Casal del Passeig amb la col·laboració de l'Ass. de Gent Gran d'Igualada



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 per a activitats organitzades per les entitats.

Ass. Cultural Montserrat@s

Casal Cívic Montserrat

Treballem per fomentar l'activitat cultural del barri. Ens trobaràs al casal, els dimarts i dijous de 17 a 19 h

Rondalla Novaunió

Casal Cívic Montserrat

Volem fer arribar la música a totes les edats.

dilluns i dimarts, de 20 a 21.30 h

Ass. de Veïns del Barri Les Flors

Casal Cívic Montserrat

Treballem per al benestar general del barri. Ens trobem el primer divendres de mes, de les 18 a les 20 h

Ass. d'Esclerosi Múltiple de l'Anoia

Casal del Passeig

Pretén donar 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



**Ass. de Gent Gran d'Igualada
Casal del Passeig**

Promou activitats culturals, esportives, formatives, artístiques, i intergeneracionals i col·labora amb programes i actuacions per a la gent gran d'administracions públiques i entitats de la nostra ciutat.
de dilluns a divendres, de 9 a 13 h
i dimecres, de 15 a 18 h

**Ass. Intercultural Nour (llum)
Casal Cívic Montserrat**

Volem donar suport i fomentar la integració de les persones immigrades. Ens trobem el primer dimecres de mes, de 10 a 11.30 h

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

Volem donar suport a totes les persones afectades per aquesta malaltia mitjançant els seus serveis.
dijous, de 18 a 20 h

**Ass. Catalana per al Parkinson,
Delegació Anoia**

Casal Cívic Montserrat
Dedicada a l'atenció i l'orientació de les persones afectades per la malaltia de Parkinson i les seves famílies i cuidadors de Catalunya.
divendres, de 10 a 12 h

**Grup d'acollida Océano
Casal Cívic Montserrat**

Ens relacionem i compartim entre tots el procés que estem vivint i ens ajudem mútuament.
dimarts, a partir de les 20 h

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

Casal Cívic 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.



Grup de Dones de les Tardes dels Dimecres

Casal Cívic Montserrat

Té l'objectiu de crear un espai de trobada per a dones, per compartir, fer amistat, formar-nos i créixer, personalment i com a grup.

dimecres, de 15 a 19 h

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

a partir del 17 de setembre,
dimarts, de 9.30 a 13 h i de 16 a 18 h. A les 9 h es donarà número i hora d'inscripció seguint l'ordre d'arribada.

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

Es poden fer inscripcions de manera presencial i per telèfon, en qualsevol dels dos equipaments, indistintament d'on es dugui a terme l'activitat.

Jugar i descobrir - Casal Cívic Montserrat: 12 de setembre, a les 15.30h. A les 15.15h es repartiran números per fer la inscripció.

Ludoteca Sant Miquel: 16 de setembre, dilluns, a les 15.15 h es donaran números per fer la inscripció, el número indicarà l'hora de la inscripció que serà el mateix dilluns 16 o pel dimarts 17, a partir de les 15.30 h.

Les inscripcions a les activitats per a infants no es poden fer per telèfon. Cada família pot apuntar a la seva i a una altra. Cada infant pot apuntar-se a un dels dos equipaments per curs: o a la Ludoteca sant Miquel o al Jugar i descobrir.

Català

Antic alumnat

Nivells bàsic i elemental: 12 de setembre, de 10 a 14 h

Nivells intermedi i suficiència: 13 de setembre, de 10 a 14 h

Matrícula general i prova d'accés

Nivells inicial i bàsic 1: 16 de setembre, de 10 a 14 h



Altres nivells: prova d'accés,
del 17 al 20 de setembre, de
10 a 14 h i 17 de setembre,
de 17 a 19 h

Nova matrícula: del 16 al 19
de desembre

del 23 de setembre al 10 de
desembre de 2019

Servei Local de català

C.Lleida, 78 (edifici Ig-Nova)

938048899

igualada@cpln.cat

www.cpln.cat/xarxa/cnlmontserrat

* Les inscripcions per a les
activitats de curs s'inicien el
setembre i es fan durant tot
l'any.

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
d'inscripció. 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.
Cal pagar l'activitat a l'entitat
organitzadora. Aquest
pagament dóna dret a
participar en l'activitat inscrita.

Casal del Passeig

tel. 93 803 33 12

Casal Cívic Montserrat:

tel. 93 804 36 61

Ludoteca Sant Miquel:

tel. 93 805 57 34

Oficina d'Afers Socials i Famílies:

tel. 93 805 17 14

Més informació a:

012
gencat.cat

Cost de la trucada: segons operadora.

