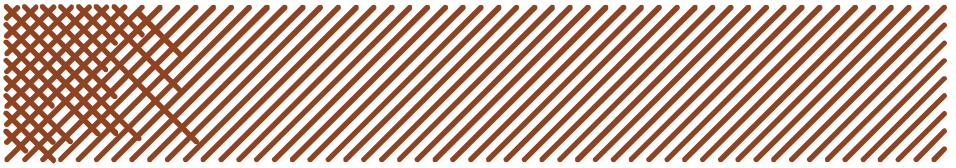




Casal Cívic

Cervera



SETEMBRE /
DESEMBRE
2019





Casal Cívic

de Cervera

carrer Manuel Ibarra, s/n
Cervera

El Casal Cívic de **Cervera**, adscrit a la Direcció General d'Acció Cívica i Comunitària del Departament de Treball, Afers Socials i Famílies, es va inaugurar l'any **2003**.

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 16 a 21 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, 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.

////////////////////
SERVEIS DEL CASAL

Podologia

divendres quinzenals, de 9 a 13.30 h i de 15 a 18 h

Perruqueria

Dones
de dimarts a dissabte, de 10 a 13 h i de 16.30 a 19.45 h

Homes

dimarts, de 10 a 12 h i de 15 a 17 h

Cafeteria - menjador

Esmorzars, berenars, celebracions... i servei de menjador.

de dilluns a divendres, de 9 a 13 h i de 15 a 19 h i dissabte, de 10 a 13.30 h i de 16 a 21 h

Prensa i jocs de taula

A la consergeria del casal.
en horari de l'equipament

Préstec de llibres i material de mediateca

Podeu sol·licitar-ho a consergeria.
en horari de l'equipament

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

Cal·ligrafia creativa-Lettering

del 10 d'octubre al 28 de novembre
dijous, de 18 a 19.30 h
a càrrec d'Elisabet Medina
Casal Cívic





Dibuix i Pintura

de l'11 d'octubre al 13 de
desembre
divendres, de 17 a 18.30 h
a càrrec de Lluïsa Puig
Casal Cívic

Sabons artesans i ecològics

del 15 d'octubre al 5 de
novembre
dimarts, de 18 a 19.30 h
a càrrec de Carme Guàrdia
Casal Cívic

Llanateràpia

del 16 d'octubre al 4 de
desembre
dimecres, de 16.30 a 18 h
a canvi de Núria Cama
Casal Cívic

Aperitius creatius per Nadal

del 19 de novembre al 10 de
desembre
dimarts, de 18 a 19.30 h
a càrrec de Carme Guàrdia
Casal Cívic

Kokedames nadalencs

Plantes sense test
5 i 12 de desembre
dijous, de 18 a 20 h
a càrrec de Josefina Castellà
Casal Cívic



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

Cinefòrum: "Las chicas del calendario"

Programa de Gent Gran de
l'Obra Social "la Caixa"
2 d'octubre de 2019
dimecres, de 17 a 19 h
Casal Cívic amb la col·laboració
de la Fundació Bancària "la
Caixa"

"Fem un musical"

Canta, balla, actua i disfruta!!!
del 15 d'octubre al 17 de
desembre
dimarts, de 18 a 19 h
a càrrec de Mireia Rossich
Casal Cívic





Cor modern (gòspel, pop, folk)

del 15 d'octubre al 17 de
desembre

dimarts, de 17 a 18 h

a càrrec de Mireia Rossich

Casal Cívic

Salsa Cubana

del 17 d'octubre al 12 de
desembre

dijous, de 19.30 a 21 h

a càrrec de Lleidatana Salsera

Casal Cívic

Grup d'escala en HI-FI

del 8 d'octubre al 17 de
desembre

dimarts, de 20 a 21 h

Ass. d'Usuaris i Voluntaris del

Casal Cívic de Cervera

gratuït

Taller de Sardanes

del 10 d'octubre al 19 de
desembre

dijous, d'11 a 12 h

Ass. d'Usuaris i Voluntaris del

Casal Cívic de Cervera

gratuït

Ball en línia. Country

de l'11 d'octubre al 20 de
desembre

divendres, de 19 a 20.30 h

Ass. d'Usuaris i Voluntaris del

Casal Cívic de Cervera

18 euros/trimestre

soci/sòcia (1h)

20 euros/trimestre

no soci/no sòcia (1h)

27 euros/trimestre

soci/sòcia (1,5h)

30 euros/trimestre

no soci/no sòcia (1,5)

Coral les Savines

25 d'octubre, 29 de novembre
i 20 de desembre

divendres, de 18 a 20 h

Ass. d'Usuaris i Voluntaris del

Casal Cívic de Cervera

gratuït



////////////////////
**FORMACIÓ I HABILITATS
PERSONALS**

Viure és descobrir-me

Programa de Gent Gran de l'Obra Social "la Caixa" del 30 de setembre al 16 de desembre
dilluns, de 9.15 a 10.45 h
a càrrec de Clara Regordosa
Casal Cívic amb la col·laboració de la Fundació Bancària "la Caixa"

Exercit@ la ment

Exercicis per mantenir la ment activa
Programa de Gent Gran de l'Obra Social "la Caixa"
2 i 9 d'octubre
dimecres, d'11 a 13 h
a càrrec de Laia Sera
Casal Cívic amb la col·laboració de la Fundació Bancària "la Caixa"

Lectures per ser feliç-Grans Lectors

Programa de Gent Gran de l'Obra Social "la Caixa" del 9 d'octubre al 18 de desembre
dimecres, de 10 a 11 h
a càrrec de Laia Sera
Casal Cívic amb la col·laboració de la Fundació Bancària "la Caixa"

Reforç de memòria

Per a gent gran
del 14 d'octubre al 2 de desembre
dilluns, de 17 a 18.30 h
a càrrec de Núria Simon
Casal Cívic

Treballem les emocions en família- Kindfulness

del 16 d'octubre al 4 de desembre
dimecres, de 18 a 19.30 h
a càrrec de Tania Montoto
Casal Cívic



Grup de lectura

del 9 d'octubre al 18 de desembre
dimecres, de 18 a 19.30 h
Ass. d'Usuaris i Voluntaris del
Casal Cívic de Cervera
gratuït

Escacs de perfeccionament per a joves

8 d'octubre al 17 de desembre
dimarts, de 16.30 a 17.30 h
a càrrec de Joan Móra
Club d'Escacs Lleida
gratuït

Participació social i voluntariat

Organitzem diverses activitats en què les persones que vulguin i puguin transmetre la seva experiència i coneixements, s'hi puguin implicar de manera solidària i col·laborar en la integració social dels col·lectius més vulnerables. La dinamitzadora del programa Voluntariat i Participació Social, Laia Sera, et pot orientar en les activitats de voluntariat que es duen a terme: **"Fem-la petar"**, **"Aula de jocs sAvis"**, activitats intergeneracionals, etc. Programa de Gent Gran de l'Obra Social "La Caixa" dimecres, a les 11 h Casal, amb la col·laboració de la Fundació Bancària "La Caixa"

7a Setmana de la Gent Gran (programes a part)

de l'1 al 8 d'octubre
Activitats durant tota la setmana en diversos espais de Cervera



//////////////////// **NOVES TECNOLOGIES**

Imatges per recordar

Programa de Gent Gran de l'Obra Social "la Caixa" del 14 d'octubre al 20 de novembre
dilluns i dimecres, de 10 a 12 h
Casal Cívic amb la col·laboració de la Fundació Bancària "la Caixa"

Iniciació a la Informàtica

Programa de Gent Gran de l'Obra Social "la Caixa" del 15 d'octubre al 7 de novembre
dimarts i dijous, de 10 a 12 h
Casal Cívic amb la col·laboració de la Fundació Bancària "la Caixa"

Comunica't per la xarxa

Programa de Gent Gran de l'Obra Social "la Caixa" del 12 de novembre al 19 de desembre
dimarts i dijous, de 10 a 12 h
Casal Cívic amb la col·laboració de la Fundació Bancària "la Caixa"

Aula Oberta

Programa de Gent Gran de l'Obra Social "la Caixa" de dilluns a dijous, de 16 a 18h a càrrec de voluntaris informàtics
Casal Cívic amb la col·laboració de la Fundació Bancària "la Caixa"

//////////////////// **ACTIVITATS FÍSQUES I DE SALUT**

En forma I

Salut i benestar

Programa de Gent Gran de l'Obra Social "la Caixa" de l'1 d'octubre al 21 de novembre
dimarts i dijous, de 9.30 a 10.30 h
a càrrec de Josep Maria
Casal Cívic amb la col·laboració de la Fundació Bancària "la Caixa"



Hipopressius i abdominals

Per a adults

del 7 d'octubre al 9 de
desembre
dilluns, de 19.30 a 20.30 h
a càrrec de Mercè Perisé
Casal Cívic

Mètode Pilates

Per a adults

del 9 d'octubre a l'11 de
desembre
dimecres, de 9 a 10 h
a càrrec de Laia Sera
Casal Cívic

Taitxí per a adults

Estil Chen

del 10 d'octubre al 12 de
desembre
dijous, de 9 a 10 h
a càrrec d'Antoni Pàmies
Casal Cívic

Taitxí per a gent gran

Estil Yang

del 10 d'octubre al 12 de
desembre
dijous, de 10 a 11 h
a càrrec d'Antoni Pàmies
Casal Cívic

Relaxació i estiraments

Per a adults i gent gran

del 14 d'octubre al 16 de
desembre
dilluns, de 17 a 18 h
a càrrec de Quim Buil
Casal Cívic

Aeròbic

del 7 d'octubre al 18 de
desembre
dilluns, de 10 a 11 h - grup 1
dimecres, de 10 a 11 h - grup 2
Ass. d'Usuaris i Voluntaris del
Casal Cívic de Cervera
18 euros/trimestre
soci/sòcia
20 euros/trimestre
no soci/no sòcia

Zumba

del 8 d'octubre al 19 de
desembre
dimarts, de 20 a 21 h - grup 1
dijous, de 20 a 21 h - grup 2
Ass. d'Usuaris i Voluntaris del
Casal Cívic de Cervera
18 euros/trimestre
soci/sòcia
20 euros/trimestre
no soci/no sòcia



Ioga

del 7 d'octubre al 19 de
desembre
dilluns, de 11 a 12 h grup 1
dimarts, de 11 a 12 h grup 2
dimecres, de 19 a 20 h grup 3
dijous, de 11 a 12 h grup 4
Ass. d'Usuaris i Voluntaris del
Casal Cívic de Cervera
18 euros/trimestre
soci/sòcia
20 euros/trimestre
no soci/no sòcia

Meditació i ioga

del 9 d'octubre al 18 de
desembre
dimecres, de 17 a 18.30 h
Ass. d'Usuaris i Voluntaris del
Casal Cívic de Cervera
27 euros/trimestre
soci/sòcia
30 euros/trimestre
no soci/no sòcia

Taller de Ioga

del 4 d'octubre al 20 de
desembre
divendres, d'11 a 12 h
Associació de Salut Mental
Ondara Sió
gratuït

Ioga-Expressió Corporal

dates a concretar
dimarts, de 15 a 16.45 h
Centre Ocupacional Espígol
gratuït

Taller de danses típiques del Perú

del 5 d'octubre al 14 de
desembre
dissabtes, de 16 a 20 h
Associació de Peruans
residents a Cervera-Hatun
Pacha
5 euros/mes

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

A partir del 2 de setembre, es
podrà lliurar a Consergeria, el
full d'inscripció a les activitats
amb les prioritats de cada
persona.



El **17 de setembre** a les 12 h es farà un sorteig per determinar l'ordre d'inscripció a les activitats.

Les inscripcions a les activitats de l'Associació d'Usuaris i Voluntaris del Casal Cívic de Cervera es farà el 16 i 17 de setembre, de 10 a 13 h i de 17 a 19 h al despatx de l'entitat.

Les activitats organitzades pel Casal Cívic (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 que surti al sorteig. 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 persones que quedin en llista d'espera d'una activitat tindran preferència d'inscripció el proper trimestre. Cal que confirmen la seva assistència abans de l'obertura del període d'inscripció.

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

973 533 718

cc.cervera@gencat.cat

Més informació a:

012
gencat.cat

Cost de la trucada: segons operadora.



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