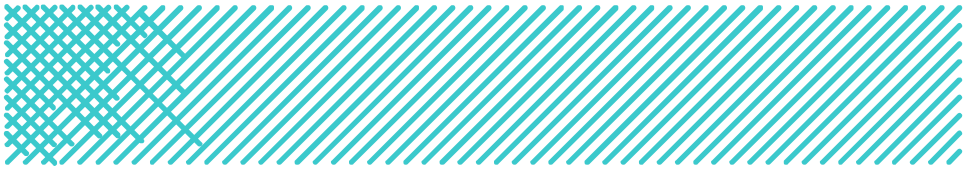




Casal Cívic

Banyoles



GENER /
ABRIL
2019





Casal Cívic

Banyoles

C. Josep M. Bohigas, 19 – davant de Correus
Banyoles

El Casal Cívic **Banyoles** adscrit a la Direcció General d'Acció Cívica i Comunitària del Departament de Treball, Afers Socials i Famílies, es va inaugurar l'any **1974**.

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 diumenge, de 10 a 13.30 h i de 16 a 21 h.



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

Podologia

dijous, a partir de les 9 h

Cafeteria menjador

Menú diari obert a tothom i diumenge menú especial. Per a més informació trucar al 972575020

Barberia homes

dimecres, de 9 a 12 h i de 15 a 17 h i dimarts, dijous i divendres, de 15 a 17 h

Perruqueria dones

Podeu demanar hora al telèfon de la perruqueria 972574840

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

Sales del Casal

Per trobar-se, jugar a jocs de taula o xerrar. Espai de lectura. Hi pots llegir diaris i revistes.

Escacs

Vine a aprendre o a jugar escacs. No cal inscripció prèvia.

dijous, d'11 a 13 h

Petanca

Vine a aprendre o a jugar a la petanca. No cal inscripció prèvia.

dimecres, de 17 a 18 h

////////////////////
SALUT I BENESTAR

Memòria

Programa Gent Gran Activa

de l'11 de gener al 12 d'abril

divendres, de 16 a 17.30 h -

grup 1

divendres, de 17.30 a 19 h -

grup 2

a càrrec de Montse Serret

Centre Cívic de Banyoles -

Ajuntament de Banyoles

30 euros/curs



Relaxació

Programa Gent Gran Activa
del 10 de gener a l'11 d'abril
dijous, de 9.30 a 10.30 h
a càrrec de Lídia Moreno
Centre Cívic de Banyoles -
Ajuntament de Banyoles
30 euros/curs

Iniciació a la meditació

del 5 de febrer al 26 de març
dimarts, de 18 a 19 h
a càrrec de Pere Ferrer
Casal

Estiraments i reeducació postural

del 6 de febrer al 10 d'abril
dimecres, de 10.40 a 11.40 h -
grup 1
dimecres, de 11.50 a 12.50 h -
grup 2
a càrrec de Mar Bufí
Casal

Estimulem els sentits

*Diverteix-te treballant la vista,
l'oïda, el tacte i l'olfacte*
del 5 de febrer al 9 d'abril
dimarts, de 16 a 17.30 h
a càrrec de Montse Serret
Casal

En Forma 2

Orientat a millorar la condició física de la gent gran.
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"

ACTIVITATS FÍSQUES

Gimnàstica

del 21 de gener a l'11 de març
dilluns, de 10.15 a 11.15 h
a càrrec de Jordina Mercader
Associació del Casal de Gent Gran de Banyoles
18 euros/curs

Taitxí

del 22 de gener al 12 de març
dimarts, de 9.15 a 10.15 h
a càrrec d'Isabel Boix
Associació del Casal de Gent Gran de Banyoles
18 euros/curs



Hipopressius

del 5 de febrer al 9 d'abril
dimarts, de 15 a 16 h
a càrrec de Maria Butinyà
Casal

loga

del 23 de gener al 14 de març
dimecres, de 9.30 a 10.30 h -
grup 1
dijous, de 10.40 a 11.40 h -
grup 2
a càrrec de Raül Carracelas
Associació del Casal de Gent
Gran de Banyoles
18 euros/curs

Tao Kung

de l'11 de gener al 12 d'abril
divendres, d'11.45 a 13 h
a càrrec de Susan Baker
Silat de la Grulla Blanca
38 euros/curs

Pilates

del 25 de gener al 15 de març
divendres, de 9.30 a 10.30 h -
grup 1
divendres, de 10.30 a 11.30 h -
grup 2
Associació del Casal de Gent
Gran de Banyoles
18 euros/curs

CUINA

Cuina vegana 1

del 5 de febrer al 5 de març
dimarts, de 19 a 20.30 h
a càrrec d'Alba Mora
Casal

Cuina vegana 2

del 12 de març al 9 d'abril
dimarts, de 19 a 20.30 h
a càrrec d'Alba Mora
Casal

Fem magdalenes

del 15 al 29 de març
divendres, de 18 a 19.30 h
a càrrec d'Alba Mora
Casal

Fem figuretes de xocolata per a les mones

de l'1 al 8 d'abril
dimecres, de 18 a 20 h
a càrrec de Miquel Costabella
Centre Cívic de Banyoles -
Ajuntament de Banyoles
30 euros/curs



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

Sevillanes

del 21 de gener al 8 d'abril
dilluns, de 12 a 13 h -
grup 1
dilluns, de 16.30 a 17.30 h -
grup 2
dilluns, de 15.30 a 16.30 h -
grup 3
a càrrec de Noemí Osorio
Centre Cívic de Banyoles-
Ajuntament de Banyoles
60 euros/curs

Danses exòtiques

del 21 de gener al 8 d'abril
dilluns, de 19.15 a 20.45 h
a càrrec d'Irene Álvarez de
Quevedo
Associació Som-hi. Natura,
esport, cultura
36 euros/curs

Havaneres

del 5 de febrer al 9 d'abril
dimarts, de 10.30 a 12 h
a càrrec de Nasi Marco
Casal

Ball en línia

del 22 de gener al 14 de març
dimarts, de 19.15 a 20.15 h -
grup 1
dijous, de 19.15 a 20.15 h -
grup 2
a càrrec de Vicens Moliner
Associació del Casal de Gent
Gran de Banyoles
18 euros/curs

Salsa i batxata

*Pots venir amb un amic, una
amiga, etc*
del 6 de febrer al 10 d'abril
dimecres, de 19.30 a 20.30 h
a càrrec de Maika Feitoza
Casal

Country

del 25 de gener al 15 de març
divendres, de 19.15 a 20.15 h
a càrrec de Teia Planas
Associació del Casal de Gent
Gran de Banyoles
15 euros/curs

Coral

del 9 de gener al 10 d'abril
dimecres, de 16 a 18 h
Associació del Casal de Gent
Gran de Banyoles
gratuït



So preenregistrat - Playback
de l'11 de gener al 12 d'abril
divendres, de 16 a 18.30 h
Associació del Casal de Gent
Gran de Banyoles
gratuït

Banda Tocats per la música
del 14 de gener al 9 d'abril
dimarts, de 17.30 a 19 h
Associació Junts i Endavant
gratuït

//////////////////// ACTIVITATS MANUALES I ARTÍSTIQUES

Iniciació al fang

Aprendre les tècniques bàsiques de modelat. Farem peces guiades i d'altres més lliures, on cadascú podrà deixar anar la seva imaginació modelant i gaudint d'aquest material tan gratificant.

del 18 de febrer al 8 d'abril
dilluns, de 9.30 a 11.30 h
a càrrec de Gemma Riba
Casal

Treballs manuals familiars – pares i fills / avis i néts

del 4 de febrer al 8 d'abril
dilluns, de 17 a 18.30 h
a càrrec de Maria Tubert
Casal

Fotografia digital

del 6 de febrer al 10 d'abril
dimecres, de 10 a 11.30 h
a càrrec de Felicià Butinyà
Casal

Dibuix i pintura

del 24 de gener al 14 de març
dijous, de 10 a 12 h
a càrrec d'Arnau Bielsa
Associació del Casal de Gent
Gran de Banyoles
36 euros/curs

Fem flors artístiques

El paper de les flors

Amb paper maixé, collage i paper cosit crearem sorprenents flors decoratives.

del 21 de març al 10 d'abril
dijous, de 10 a 12h
a càrrec d'Arnau Bielsa
Casal



Enganxades al ganxet

del 10 de gener a l'11 d'abril
dijous, de 16 a 18.30 h
Associació del Casal de Gent
Gran de Banyoles
gratuït

NOVES TECNOLOGIES

Com ser youtuber

Aprèn a editar els teus propis vídeos i fer que agradi al públic.
del 7 de març al 14 de març
dijous, de 18 a 19.30 h
a càrrec d'Ivan Codina
Casal

Prepara la teva sortida

Introduir-se en l'ús d'aplicacions vinculades amb el transport i la mobilitat de les persones.
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"

Imatges per recordar

Aprèn a obtenir imatges digitals, guardar-les i ordenar-les.
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"

Tauletes i mòbils continuació

Per a majors de 55 anys.
del 23 de gener al 10 d'abril
dimecres, de 15 a 16 h
a càrrec de Martirià Pagès
Centre Cívic de Banyoles –
Ajuntament de Banyoles
60 euros/curs



////////////////////
**PROJECTES DE
PARTICIPACIÓ SOCIAL I
VOLUNTARIAT**

Sofà de lectura

Compartim lectures amb infants de diferents escoles de la ciutat. Assessorat per LIC (llengua i cohesió social) del Pla de l'Estany.

Programa de Gent Gran de l'Obra Social "La Caixa"
horari a convenir amb el voluntariat.

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

////////////////////
**FORMACIÓ AL LLARG DE
LA VIDA**

Viatgem amb l'art

Proposta de fer una ullada a la història de l'art, des d'una perspectiva dinàmica, entenedora i farcida de suports audiovisuals.

del 7 de febrer al 14 de març
dijous, de 19 a 20.30 h
a càrrec de Maria de Lluc Serra
Casal

Plantes medicinals

Conexerem les funcions curatives de les plantes

del 28 de març a l'11 d'abril
dijous, de 19 a 20.30 h
a càrrec de Mica Gassiot
Casal

Viure en positiu

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"



Conversa de francès

del 8 de gener al 8 d'abril
dimarts quinzenal, de 16 a
17.30 h
a càrrec de Claire Serwy
Associació del Casal de Gent
Gran de Banyoles
gratuït

Català

del 23 de gener al 13 de març
dimecres, de 16.30 a 18 h -
grup 1
dimecres, de 18 a 19.30 h -
grup 2
a càrrec de Josep M Figueras
Associació del Casal de Gent
Gran de Banyoles
25 euros/curs

Francès

del 22 de gener al 13 de març
dimarts, de 10 a 11.30 h -
grup 1
dimecres, de 10 a 11.30 h -
grup 2
a càrrec de Natalie Ros
Associació del Casal de Gent
Gran de Banyoles
25 euros/curs

Anglès

del 22 de gener al 14 de març
dimarts, de 16 a 17.30 h
- grup 1
dijous, de 16 a 17.30 h
- grup 2
a càrrec d'Ivet Ramió
Associació del Casal de Gent
Gran de Banyoles
25 euros/curs

Grans lectors

*Grup de lectura i debat sobre
temes i continguts de les obres
llegides.*
Programa de Gent Gran de
l'Obra Social "La Caixa"
del 15 de gener al 9 d'abril
dimarts, de 10 a 12 h
Casal, amb la col·laboració de
la Fundació Bancària "La
Caixa"



Famílies reconstruïdes: un nou model familiar

Donarem recursos que serveixin a les famílies per aconseguir un millor ajust i millor funcionament familiar.

del 14 de febrer al 14 de març
dijous, de 18.30 a 20.30 h

a càrrec de Laura Puig
Centre Cívic de Banyoles-
Ajuntament de Banyoles
50 euros/curs

Dijous culturals

Cicle de conferències. A la sala d'actes del Museu Darder.

14 de febrer, 14 de març, 11
d'abril, 9 de maig i 13 de juny
un dijous al mes, a les 17 h

Associació del Casal de Gent
Gran de Banyoles i Ajuntament
de Banyoles
gratuït

INSCRIPCIONS I INFORMACIÓ

del 17 de desembre al 15 de gener ambdós inclosos. El 16 de gener se sortejarà el número que prioritzarà l'assignació de plaça. El 17 de gener es penjaran les llistes dels inscrits als tallers.

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. 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.

972 57 11 62

cc.banyoles@gencat.cat

Més informació a:



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