

**CASAL DE BARRI CARDENER**

**PROGRAMACIÓ 2024**  
**ABRIL – MAIG - JUNY**



CASAL DE BARRI  
**CARDENER.CAT**

## EL CASAL

Web: [www.cardener.cat](http://www.cardener.cat)

Correu electrònic: [info@cardener.cat](mailto:info@cardener.cat)

Horari: de dilluns a divendres de 10 h a 13 h i de 16 h a 20 h

Telèfons: 93 213 14 51 i 93 210 08 03

Xarxes Socials:

Twitter @cbcardener

Instagram @cbcardener

Facebook @casalbarricardener

El Casal de Barri Cardener és un centre municipal que vol facilitar al veïnat i a les persones usuàries el desenvolupament social, cultural i de lleure. Organitza activitats adreçades a tota mena de públic i de totes les edats. El Casal vol recollir les propostes dels col·lectius de l'entorn i potenciar una xarxa de relacions intergeneracional i intercultural.

L'accés és lliure i la participació és oberta, sense tenir en compte si les persones participants pertanyen o no a les entitats que gestionen el Casal.

La gestió del Casal és compartida entre tres entitats: Associació de Gent Gran Pau Casals, Associació de Dones Ciberdona i Agrupament Escolta Roland Philipps. La Comissió Gestora, conjuntament amb el districte de Gràcia, es responsabilitza del funcionament i de la programació del centre.

## LES ENTITATS MEMBRES DEL CASAL

### ASSOCIACIÓ DE GENT GRAN PAU CASALS

**Contacte:** [a.aggpc@gmail.com](mailto:a.aggpc@gmail.com)

L'Associació promou tota mena d'activitats per millorar el benestar social, cultural i de lleure de les persones sòcies, tot potenciant la convivència i l'autoestima, per tal d'eliminar l'aïllament social de les persones grans.

**Horari d'atenció:** de dilluns a dijous de 10.00 h a 12.45 h, presencialment o trucant al 9321008 03

### ASSOCIACIÓ DE DONES CIBERDONA

**Web:** [www.blocs.xarxanet.org/associaciociberdona/](http://www.blocs.xarxanet.org/associaciociberdona/)

**Contacte:** [ciberdona@gmail.com](mailto:ciberdona@gmail.com)

L'Associació promou la participació de les dones en el vessant social i se centra, sobretot, en el foment de les noves tecnologies i les relacions creatives entre entitats de dones.

**Horari d'atenció:** de dilluns a dijous de 17.00 h a 19.45 h, presencialment o trucant al 9321008 03

## **AGRUPAMENT ESCOLTA ROLAND PHILIPPS**

**Contacte:** [info@aerolandphilipps.org](mailto:info@aerolandphilipps.org) | 685 56 76 37

L'objectiu de l'agrupament, basat en la metodologia escolta, és promoure l'educació en valors, tot realitzant activitats tant a la natura com a la ciutat, mitjançant els jocs. És una entitat no lucrativa i tots els participants són voluntaris. Les activitats estan adreçades a infants, adolescents i joves.

També els trobaràs tots els dissabtes de 16.30 h a 19.30 h.

## **ENTITATS RESIDENTS I COL-LABORADORES**

### **SALUTEM – ACCIONS COMUNITÀRIES**

**Web:** [www.salutem.cat](http://www.salutem.cat)

**Contacte:** [placomunitarisalut@gmail.com](mailto:placomunitarisalut@gmail.com) / 608 645 326

Anomenat anteriorment Pla de desenvolupament comunitari de la Salut. Salutem són entitats, serveis, veïns i veïnes que volen donar resposta a les necessitats del barri a través del treball en xarxa, amb l'objectiu de millorar la qualitat de vida del veïnat entre tots i totes. Per fer-ho possible, s'organitzen i fan reunions sobre els diferents àmbits de treball –salut comunitària, gent gran, joves, cultura i cohesió social, i perspectiva de gènere– per tirar endavant els diversos projectes que impulsen col·lectivament. Són espais oberts a la participació de tothom.

### **TAULA DE GENT GRAN – RADARS**

**Web:** [www.salutem.cat/projectes/taula-de-gent-gran-radars/](http://www.salutem.cat/projectes/taula-de-gent-gran-radars/)

**Contacte:** [placomunitarisalut@gmail.com](mailto:placomunitarisalut@gmail.com) / 608 645 326

Dins de Salutem - Accions comunitàries, hi ha el Projecte Radars, que té com a finalitat donar resposta a la soledat de les persones grans, de manera comunitària. Al Casal de Barri Cardener es crea la Plataforma de Seguiment Telefònic d'aquest projecte. Els dijous a la tarda, les voluntàries de Radars es troben per fer les trucades de seguiment als usuaris i usuàries. A més, organitzen activitats puntuals com la Castanyada, Nadal, el Carnestoltes, la diada de Sant Jordi i la revetlla de Sant Joan, que representen bonics espais de trobada i de relació per a la gent gran.

### **ASSOCIACIÓ DE VEÏNS I VEÏNES PARKGÜELL – LA SALUT - SANLLEHY**

**Web:** [www.avvlasalutgracia.cat](http://www.avvlasalutgracia.cat)

**Contacte:** [av.pg.salut.sanllehy@gmail.com](mailto:av.pg.salut.sanllehy@gmail.com)

**Horari d'atenció:** Dilluns de 18.00 h a 20.00 h a la 4ª planta del Casal Cardener.

És una associació veïnal que té com a missió donar visibilitat a les deficiències que té el barri en matèria urbanística, de mobilitat, d'espais verds i de serveis, i participar activament en la presa de decisions dels equipaments a construir al barri i en altres projectes de construcció social.

## AGENDA D'ACTIVITATS

### ACTIVITATS DE LES ENTITATS MEMBRES DEL CASAL

Aquí es troben recollides totes les activitats que duran a terme les entitats del Casal durant el trimestre.

### ASSOCIACIÓ DE GENT GRAN PAU CASALS (AGGPC)

Si vols més informació sobre les activitats de l'AGGPC, pots posar-t'hi en contacte **de dilluns a dijous, de 10.00 h a 12.45 h**, al despatx de l'entitat de la 3a planta del Casal Cardener o bé trucant al 932100803 en el mateix horari.

### ABRIL

#### TARDES CULTURALS: ANEM AL CINEMA PLEGATS!

##### **Dimarts 9 d'abril**

**Hora:** 15.15 h

**Lloc:** Davant del cinema Bosque Multicines (Rambla de Prat, 16)

**Preu:** A pagar a la taquilla del cinema (dia de la gent gran)

**Inscripcions:** A la tercera planta, de dilluns a dijous de 10.00 h a 12.45 h.

Si no vols anar sol/a al cinema, vine amb nosaltres! Un dimarts al mes, dia de preu especial per a gent gran, anirem al cinema en primera sessió. En sortir, comentarem la pel·lícula i en farem tertúlia en una cafeteria pròxima. Cal inscriure's uns dies abans. La pel·lícula l'escollim entre totes i tots abans d'entrar a la sala.

#### >EXCURSIÓ EN PREPARACIÓ<

##### **Dissabte 20 d'abril**

Podreu consultar la informació al despatx de l'entitat, a la 3a planta, de dilluns a dijous, de 10.00 h a 12.45 h.

#### FESTA DE SANT JORDI

##### **Dimarts 23 d'abril**

**Hora:** De 10.00 h a 12.30 h

**Lloc:** Vestíbul del Casal

Com és tradicional a l'Associació,enguany tornem a celebrar la festa de Sant Jordi, sens dubte una de les celebracions més importants del país que llueix durant tota la jornada amb paradetes plenes de roses... moltíssimes! La festa va acompanyada de mostres de publicacions literàries, especialment les últimes novetats. És un dia de passeig amb la parella, la família, amics i amigues,

pels carrers lluint les flors, sobretot les vermelles, i explorant les paradetes de llibres a la recerca d'un títol interessant.

Per a poder recollir l'obsequi de la rosa (senyores i senyors) s'ha de presentar el carnet actualitzat per aquest 2024. També hi haurà una exposició de llibres cedits/obsequi perquè pugueu escollir-ne un. Us hi esperem!

## **MAIG**

### **XXXIII SETMANA DE LA GENT GRAN A GRÀCIA**

#### **Del dilluns 6 al diumenge 12 de maig**

Es realitzaran diverses activitats obertes per a la gent gran del districte de Gràcia. La nostra associació participarà i podreu consultar la programació al taulell d'anuncis del vestíbul del Casal.

### **VIATGE A HOLANDA – ESPECIAL KEUKENHOF**

#### **Del dimecres 8 al diumenge 12 de maig**

**Preu:** 1.220 € (1.195 € per a socis). Suplement per habitació individual: 200 €. Assegurança de cancel·lació: 45 €. 1r pagament: del 18 al 29 de febrer | 2n pagament: de l'11 al 21 de març.

El preu inclou: Traslats d'anada i tornada a l'aeroport. El bitllet de vol amb la facturació d'una maleta (màx. 20 kg) i les taxes. Autocar amb guia. 4 nits d'hotel (3 estrelles). Pensió completa amb aigua. Creuer pels canals d'Amsterdam. Assegurança de viatge.

**Lloc:** El punt de torbada per anar i tornar de l'aeroport serà la Travessera de Dalt, 51-61. Hora per concretar.

Dia 1: Barcelona – Holanda – Gouda – Hotel.

Dia 2: Amsterdam – Vaixells pels canals.

Dia 3: Alkmaar – Jardí de tulipes de Keukenhof.

Dia 4: Volendam – Marken – Zaanse Schans.

Dia 5: Holanda – Amberes – Barcelona.

### **TARDES CULTURALS: ANEM AL CINEMA PLEGATS!**

#### **Dimarts 14 de maig**

**Hora:** 15.15 h

**Lloc:** Davant del cinema Bosque Multicines (Rambla de Prat, 16)

**Preu:** A pagar a la taquilla del cinema (dia de la gent gran)

**Inscripcions:** A la tercera planta, de dilluns a dijous de 10.00 h a 12.45 h.

Si no vols anar sol/a al cinema, vine amb nosaltres! Un dimarts al mes, dia de preu especial per

a gent gran, anirem al cinema en primera sessió. En sortir, comentarem la pel·lícula i en farem tertúlia en una cafeteria pròxima. Cal inscriure's uns dies abans. La pel·lícula l'escollim entre totes i tots abans d'entrar a la sala.

## **JUNY**

### **FESTA DE PRIMAVERA**

#### **Dissabte 1 de juny**

**Hora:** 19.00 € (la porta es tancarà a les 19.05 € ja no s'hi podrà accedir).

**Lloc:** 1a planta del Casal Cardener.

**Preu:** 10,00 €.

**Inscripcions:** Aforament limitat. Cal realitzar la inscripció i el pagament prèviament, a la tercera planta, de dilluns a dijous de 10.00 h a 12.45 h.

Amb l'estiu a punt d'arribar, l'associació celebra la Festa de la Primavera, esdeveniment ja tradicional per a nosaltres. És la festa del jardí, la que fem aprofitant el magnífic espai exterior, tot gaudint de la bona temperatura de l'època.

Compartirem un berenar asseguts/des a taula, amb pa amb tomàquet i pernil amb detalls gastronòmics d'acompanyament; vi, aigua i begudes refrescants; pasta dolça i cava. I, per finalitzar, actuació musical!

### **TARDES CULTURALS: ANEM AL CINEMA PLEGATS!**

#### **Dimarts 11 de juny**

**Hora:** 15.15 h

**Lloc:** Davant del cinema Bosque Multicines (Rambla de Prat, 16)

**Preu:** A pagar a la taquilla del cinema (dia de la gent gran)

**Inscripcions:** A la tercera planta, de dilluns a dijous de 10.00 h a 12.45 h.

Si no vols anar sol/a al cinema, vine amb nosaltres! Un dimarts al mes, dia de preu especial per a gent gran, anirem al cinema en primera sessió. En sortir, comentarem la pel·lícula i en farem tertúlia en una cafeteria pròxima. Cal inscriure's uns dies abans. La pel·lícula l'escollim entre totes i tots abans d'entrar a la sala.

### **>EXCURSIÓ EN PREPARACIÓ<**

#### **Dissabte 15 de juny**

Podreu consultar la informació al despatx de l'entitat, a la 3a planta, de dilluns a divendres, de 10.00 h a 12.45 h.

## ASSOCIACIÓ DE DONES CIBERDONA

Si vols més informació sobre les activitats de l'Associació de Dones Ciberdona, pots posar-t'hi en contacte **de dilluns a dijous, de 16.00 h a 19.45 h**, al despatx de l'entitat de la 3a planta del Casal Cardener o bé trucant al 932100803 en el mateix horari.

### ABRIL

#### **VISITA GUIADA "BIBLIOTECA GARCIA MARQUEZ"**

##### **Dimecres 10 d'abril**

**Hora:** 11.00 h

**Preu:** 14,00 € (11,00 € per a sòcies)

La Biblioteca Gabriel García Márquez és una biblioteca pública situada al barri barceloní de Sant Martí de Provençals. Va ser inaugurada el 28 de maig de 2022. Està especialitzada en literatura llatinoamericana i rep el seu nom en honor a l'escriptor colombià Gabriel García Márquez, qui va viure a la capital catalana entre 1967 i 1975 i on va escriure "El otoño del patriarca"

Consta de sis plantes i gairebé 4.000 m<sup>2</sup>, la tercera més gran de Barcelona. Destaca l'ús de la fusta per tot l'edifici, un material que proporciona un ambient més acollidor i contribueix en el propòsit de reduir la petjada ambiental del centre. La seva aparença des de l'exterior evoca una pila de llibres oberts.

El novembre de 2022, la biblioteca va rebre el premi al millor equipament, entregat per la Revista NAN. El gener de 2023, va ser guardonada pel consistori barceloní amb el Premi Ciutat de Barcelona en arquitectura i urbanisme.

L'agost de 2023 va rebre el Premi internacional a la Millor Biblioteca Pública, guardó atorgat per la Federació Internacional d'Associacions i Institucions Bibliotecàries (IFLA) entre els espais inaugurats durant l'any precedent.

#### **DIADA DE SANT JORDI**

##### **Dimarts 23 d'abril**

**Hora:** De 10.00 h a 12.45 h i de 16.00 h a 19.00 h

Amb el carnet del de sòcia obtindreu l'obsequi d'un llibre.

#### **EXCURSIÓ AL PARC DE SAMÀ**

##### **Dissabte 27 d'abril**

**Preu:** (PENDENT)

**Hora:** 8.00 h

**Lloc:** Sortida des de la cantonada del carrer d'Escorial amb el carrer de les Camèlies.

Sortirem en direcció a les comarques de Tarragona, on farem una parada per esmorzar ( inclòs) i després continuarem amb l'excursió.

Ens dirigirem a la comarca del Baix Camp per visitar una de les millors mostres de jardineria romàntica del segle XIX, el Parc Samà. Es tracta d'un parc històric que és a la vegada jardí, bosc, llac i palau. És la residència de descans que, el 1881, es va fer construir Salvador Samà i Torrents, marquès de Marianao, entre Cambrils i Montbrió, envoltat d'oliveres, vinyes i ametlles. Un homenatge a la bellesa, un paisatge amb memòria, nostàlgia d'altres mons i temps, replet de simbolisme, el qual esdevé un fidel reflex de l'esperit del seu amo. Natura, art, sensibilitat i enginy reunits en un mateix parc declarat bé cultural d'interès nacional.

Finalitzada la visita, ens traslladarem al restaurant per gaudir del dinar.

## **MAIG**

### **VISITA GUIADA "UN VIATGE AL COR DE LA MAÇONERIA**

**Dimecres 8 de maig**

**Hora:** 10.00 h

**Preu:** 16,00 € (13,00 € per a sòcies)

Les seves petjades a Barcelona són a la vista de tothom: a la Catedral, als Porxos d'en Xifré i al Restaurant 7 Portes, a l'antic convent de Sant Agustí, a la Ciutadella... En aquesta ruta descobriràs les respostes a, per exemple, les raons del "*contubernio judeomasónico*" del dictador Franco, la vinculació a la fraternitat de personatges com Lluís Companys, Mozart, Buffalo Bill o Clara Campoamor, sense oblidar curiositats lligades a la societat.

Rituals d'iniciació i de pas, símbols i coneixements hermètics, la seva petjada a la història de Catalunya i d'Espanya, personatges fascinants (o no tant) vinculats a la societat secreta des de fa tres segles, la seva presència al cinema, a la música o a la literatura... Tot això i més, ho descobriràs durant aquest recorregut que mai deixa indiferent davant de la fraternitat.

### **VISITA GUIADA "CAIXAFORUM: VENERADES I TEMUDES**

**Dimecres 22 de maig**

**Hora:** 11.00 h

**Preu:** 6,00 € (3,00 € per a sòcies)

Aquesta exposició posa en relleu les múltiples cares del poder femení. Deesses, esperits, dimonis o santes, figures que han estat venerades i temudes fins avui i que han influït, i encara influeixen, en la vida de les persones.

Un viatge al llarg de 5.000 anys de creences del poder espiritual: des de la divinitat hinduista Xakti fins a Oxun, l'Orixá de la fertilitat en la cultura ioruba de Nigèria.

Amb escultures, objectes sagrats i obres d'art de diversos continents i des del món antic fins a l'actualitat, aquesta exposició ens mostra elements que han tingut un rol rellevant per a la nostra comprensió del món. Des de la saviesa, la passió i el desig fins a la guerra, la justícia i la misericòrdia. Es fa un recorregut transcultural per diferents expressions dels poders espirituals femenins arreu del món.



La selecció de 154 peces del British Museum, en diàleg amb una selecció d'artistes contemporanis de renom, ens convida a reflexionar sobre el poder femení i la feminitat avui.

## **EXCURSIÓ AL CASTELL DE MONTSORIU**

**Dissabte 25 de maig**

**Hora:** 8.00 h

El castell de Montsoriu, també anomenat castell de Montsoliu, és considerat una de les fortaleses gòtiques més imponents del Principat de Catalunya. Està situat entre les poblacions d'Arbúcies, Sant Feliu de Buixalleu i Breda, a la comarca de la Selva, i s'alça al damunt d'un turó de 632 metres d'altitud, dins del parc natural del Montseny.

Definit en el segle XIII per Bernat Desclot com "un dels bells i nobles del món", actualment la visita a Montsoriu ens permet evocar com era la vida en un dels grans castells de l'edat mitjana. Considerat com una de les grans fortaleses de la Mediterrània, Montsoriu ens mostra l'estructura que fou gran residència-palau dels vescomtes de Cabrera.

## **JUNY**

### **VISITA GUIADA: "LA CIUTADELLA, DE PRESÓ A PULMÓ"**

**Dimecres 5 de juny**

**Hora:** 11.00 h

**Preu:** 14,00 € (11,00 € per a sòcies)

El parc està situat als terrenys on Felip V va fer construir una gran ciutadella militar per controlar la ciutat l'any 1715, després que aquesta es rendís l'11 de setembre de 1714. Per construir-la, es van enderrocar les muralles de l'extrem nord-est de la ciutat i 1.262 cases del barri de la Ribera.

Construït al final del segle XIX, va ser el primer parc dissenyat específicament com a parc públic. L'any 1869 el general Prim –l'estàtua eqüestre del qual podem contemplar dins l'actual espai verd– va lliurar la ciutadella a Barcelona a fi d'obtenir el suport de la burgesia industrial barcelonina. La condició fou que calia dedicar el solar a parc públic. La fortalesa militar va ser enderrocada per brigades de voluntaris.

La recuperació d'aquests terrenys va permetre crear un gran espai verd molt necessari en una Barcelona cada cop més massificada pel desenvolupament industrial. Calien llocs on "poder respirar", com molt bé definia Josep Fontserè en el lema del projecte: "Els jardins són a la ciutat el mateix que els pulmons al cos humà". El traçat original determinat per Fontserè l'any 1872 es va modificar per incloure l'Exposició Universal de 1888 i, més tard, per instal·lar-hi el Zoo de Barcelona, un dels més importants d'Europa i que ocupa la meitat dels terrenys.

## **DIADA DEL SOCI**

**Dissabte 8 de juny**

**Hora:** 13.45 h

**Preu:** GRATUÏT (15,00 € per a no sòcies i acompanyants)

Dinar preparat pels socis voluntaris, entrega de regals i sobretaula musical a càrrec de Cristian.

## **EXCURSIÓ AL MONESTIR DE PEDRA (SARAGOSSA)**

**Divendres i dissabte 21 i 22 de juny**

**Hora:** 07.30 h

**Preu:** (pendent)

El monestir fou fundat l'any 1.194 per tretze monjos de l'Orde del Cister, provinents del Reial Monestir de Santa Maria de Poblet. Al moment de la fundació el monestir fou dedicat a Santa Maria de la Blanca.

Està situat en una vall frondosa del municipi de Nuévalos (Saragossa). L'emplaçament, si considerem el paisatge desèrtic que l'envolta, esdevé un autèntic oasi: atractiu paisatge natural, solcat de magnífics salts d'aigua, frondosos jardins i horts, que ja fou una de les fonts de riquesa de la comunitat cistercenca. Piedra va ser la primera fundació del monestir de Poblet. L'any 1.186 el rei Alfons el Cast donà a l'abadia de la Conca de Barberà el castell de Piedra (Alhama de Aragón, Saragossa), amb terres i pertinences, per a fundar-hi un monestir cistercenc. Tanmateix, els cistercencs no hi arribaren fins vuit anys després, el 1.194, quan partí de Poblet un grup de monjos amb l'abat Gaufred de Rocabertí. S'instal·laren al castell de Piedra (a l'altre costat del riu) mentre duraren les obres de construcció del monestir. El pas al nou cenobi s'efectuà l'any 1.218, en temps de l'abat Ferran d'Avero. Pere el Catòlic i Jaume el Conqueridor van continuar potenciant i patrocinant la tasca iniciada pel seu antecessor Alfons el Cast i dotaren el monestir d'altres beneficis i senyories. Com altres abadies cistercenques, el monestir depenia directament de la Santa Seu i no tenia cap obligació vers el bisbe de Saragossa.

Al llarg dels segles prosperà molt, com palesen les ampliacions, tant d'edificis de residència com de serveis, practicades durant el Renaixement i el Barroc. La vida monacal va durar fins a la Desamortització de 1.835, que fou saquejat i destruït gairebé tot el patrimoni mobiliari i algun edifici.

## **AGRUPAMENT ESCOLTA ROLAND PHILIPPS**

Si vols més informació sobre les activitats de l'Agrupament Escolta Roland Philipps, pots posar-t'hi en contacte a través del seu correu electrònic [info@aerolandphilipps.org](mailto:info@aerolandphilipps.org) o bé trucant al 685 56 76 37

### **NO PUC, TINC CAU**

**Tots els dissabtes**

**Hora:** De 16.30 h a 19.30 h

**Lloc:** Casal Cardener

Cada dissabte tarda ens trobem infants i caps per gaudir de l'associacionisme educatiu! Un espai de lleure, aprenentatge i creixement que, a través de la metodologia escolta, d'activitats, jocs i

tallers, compartim entre tots i totes per construir-nos com a persones compromeses, amb valors solidaris i amb una visió transformadora de la nostra societat!

## **EXCURSIONS DE CAPS DE SETMANA**

### **Dos caps de setmana al trimestre**

**Més informació:** S'informarà a les famílies

Un parell de cops al trimestre marxem d'excursió! Agafar la motxilla, sortir de la ciutat, retrobar-nos amb la natura i compartir 48 h amb els nostres companys i companyes, no només ens permet desconnectar del dia a dia, sinó que ens connecta amb el present, amb la unitat i amb la nostra segona família que és l'agrupament!

## **EXPOSICIONS**

Les exposicions es poden visitar dins l'horari habitual d'obertura del Casal, de dilluns a divendres de 10.00 h a 13.00 h i de 16.00 h a 20.00 h.

Si vols compartir la teva obra, al Casal disposes d'un espai gratuït per a exposar-hi una mostra! Per a més informació, pots contactar amb nosaltres a través del correu electrònic: [info@cardener.cat](mailto:info@cardener.cat).

**Més informació:** [www.cardener.cat/exposicions/](http://www.cardener.cat/exposicions/)

### **EXPOSICIÓ DE SARAH BRODERY**

**Del 8 al 30 d'abril**

### **EXPOSICIÓ D'ISABEL SARRIÓ**

**Del 6 al 31 de maig**

### **EXPOSICIÓ D'ALUMNES DELS TALLERS**

**Del 3 al 24 de juny**

### **EXPOSICIÓ D'ANTONIO SOLARES I ESTEBAN PADRÒS**

**Del 25 de juny al 22 de juliol**

## **PROJECTES COMUNITARIS**

Des del Casal Cardener ens vinculem a diferents projectes i activitats que s'organitzen a través del treball en xarxa amb els diferents agents del territori. Aquestes accions es vertebreren des d'una mirada plenament comunitària amb l'objectiu de donar resposta a les necessitats, inquietuds i propostes del veïnat de la Salut.

## **MENJA'T SALUT!**

L'anterior cicle de xerrades "La Salut Cura" s'ha acabat transformant en l'actual cicle "Menja't Salut!".

De la mà de les nutricionistes del Centre d'Atenció Primària Larrard, i en coordinació amb tots els agents territorials i les persones voluntàries que formen part de la Taula de Gent Gran Radars, oferim una xerrada mensual en relació amb la nutrició i la importància d'una alimentació saludable.

Dates de les pròximes xerrades:

- **19 d'abril a les 11.30 h: OSTEOPOROSIS I ALIMENTACIÓ**
- **17 de maig a les 11.30 h: ALIMENTACIÓ EN ARTRITIS REUMATOIDE**
- **14 de juny de 11.30 h: ANSIETAT I GANA EMOCIONAL**

**Més informació:** [www.cardener.cat/activitats](http://www.cardener.cat/activitats)

### **VEUS – BENESTAR COL·LECTIU**

Tots els dimarts a les 10.30 h tenen lloc les trobades de Veus, espais oberts a tothom on compartir les inquietuds personals, trobar-nos amb altres veïns i veïnes, relacionar-nos, conèixer-nos i buscar respostes entre tots i totes. L'objectiu és poder compartir una estona on intercanviar els coneixements i les potencialitats de totes les persones que hi participin. Es tracta de crear, entre tots i totes, un espai de confort i seguretat on ningú sigui jutjat/da i tothom es pugui expressar de manera lliure i respectuosa.

*T'agradaria travar noves amistats? Sovint sents que no tens amb qui compartir les teves inquietuds, motivacions, idees o preocupacions? Aquest espai et brinda l'oportunitat de poder compartir tot allò que et travessa amb altres persones i, així, descobrir les respostes de manera conjunta!*

**Més informació:** [info@cardener.cat](mailto:info@cardener.cat) / 932100803

### **PUNT DE SUPORT PER A TRÀMITS**

El Casal de Barri Cardener forma part de la xarxa de punts de suport per a tràmits de prestacions socials, administratius i contra la bretxa digital. Es tracta d'una iniciativa impulsada pel veïnat, entitats, com ara Rebost Solidari de Gràcia (Gràcia Participa), Salutem (el pla de desenvolupament comunitari de la Salut), centres de serveis socials i casals comunitaris del districte de Gràcia. Els altres punts de suport que en formen part són el Centre Cívic El Coll – La Bruguera i La Violeta de Gràcia).

Si necessites ajuda per dur a terme tràmits, demana cita al Casal i l'equip de voluntariat veïnal t'ajudarà al punt de suport!

**Més informació:** [puntsuport.cardener@gmail.com](mailto:puntsuport.cardener@gmail.com) / 932100803

### **PUNT DE RECOLLIDA DEL REBOST SOLIDARI DE GRÀCIA**

El Casal Cardener és punt de recollida permanent del Rebost Solidari de Gràcia. A l'entrada del Casal trobareu una capsa on podeu deixar les vostres aportacions de productes alimentaris i d'higiene. Podeu venir en l'horari d'obertura del Casal: de dilluns a divendres de 10.00 h a 13.00 h i de 16.00 h a 20.00 h. La col·laboració és necessària durant tot l'any!

**Més informació:** [www.rebostsolidaridegracia.cat](http://www.rebostsolidaridegracia.cat)

## ACTIVITATS CONTINUADES

### ESPAI DE TROBADA

Cada tarda de dilluns a divendres, de 16.00 h a 20.00 h, la primera planta del Casal està oberta a tothom qui vulgui gaudir d'un espai de trobada per conversar, jugar a jocs de taula, llegir el diari, agafar en préstec algun llibre de la biblioteca, prendre un cafè, gaudir del pati del Casal, etc.

Es tracta d'un espai pensat per fomentar la interrelació entre les persones usuàries del centre, el veïnat del territori i destinat a la ciutadania en general. És una manera de poder gaudir dels equipaments públics, de manera oberta i gratuïta, que també funciona com a refugi climàtic, i que permet que la ciutadania pugui apropiarse d'espais per a l'oci que van més enllà del consumisme de la ciutat. Un petit oasi fet a la teva mida!

## TALLERS TRIMESTRALS

### INSCRIPCIONS

- **INSCRIPCIONS PRESENCIALS:**

**Dates:**

- Dimarts 19 de març: Per a persones que ja estan inscrites aquest curs
- Dimecres 20 de març: Per a persones que s'inscriuen per primera vegada aquest curs.

**Horari:** de 10.00 h a 12.30 h i de 16.00 a 19.30 h

- **A TENIR EN COMPTE:**

- **Es reserva la plaça de les persones que ja estan inscrites** aquest curs 2023-2024 durant el dia 19 de març. A partir del dia 20 de març s'alliberaran totes les places que no hagin rebut la inscripció.
- **Es descomptaran 5 € en la inscripció d'UN SOL TALLER a aquelles persones que siguin sòcies** de les entitats del Casal (Associació de Gent Gran Pau Casals, Ciberdona i Agrupament Escolta Roland Philipps). Caldrà acreditar-ho amb el carnet amb vigència d'aquest any o amb un justificant de l'entitat.
- **Eviteu aglomeracions i cues**, no cal que arribeu abans de l'hora d'obertura indicada. Tampoc es repartiran números de reserva prèvia.

- **Només es podrà pagar amb targeta bancària; no s'acceptarà efectiu.** També es podrà pagar amb transferència o amb un ingrés bancari si prèviament se n'informa el personal que tramita les inscripcions i aquest dona el vistiplau.
- **INSCRIPCIÓ EN LÍNIA:**
  - Dates:** A partir del 21 de març
  - URL:** [www.cardener.cat/inscripcions](http://www.cardener.cat/inscripcions)
- **A TENIR EN COMPTE:**
  - Només apareixeran les **places que hagin quedat disponibles** després de les inscripcions presencials.
  - **No es tramitarà el descompte de 5 €** en les inscripcions en línia, atorgat a les persones sòcies de les entitats Ciberdona i Associació de Gent Gran Pau Casals.
  - **El pagament s'haurà de dur a terme a través d'un ingrés bancari o d'una transferència** per fer efectiva la inscripció. Caldrà entregar el justificant de pagament pertinent a Secretaria o bé enviar-lo per correu electrònic a [info@cardener.cat](mailto:info@cardener.cat) tot indicant el nom de la persona i el taller on es vol fer la inscripció.

## NORMATIVA

- **TALLERS:**
  - **Només es retornarà l'import del taller per causes de força major** degudament justificades i documentades.
  - Si es requereix, **l'alumnat haurà de fer-se càrrec de portar els materials** indicats pel professorat.
  - **L'organització es reserva el dret a anul·lar qualsevol taller si el nombre de persones inscrites no arriba al mínim**, o per altres causes que facin inviable la impartició del taller. La devolució de l'import del taller s'efectuarà pel mateix canal que el cobrament.
  - **Els tallers estan orientats a majors de 16 anys.** Les persones menors de 18 anys hauran de formalitzar una fitxa d'inscripció específica, signada per la tutoria legal del menor i acompanyada pel DNI/NIE/passaport d'aquesta persona.
  - El Casal es reserva el dret a **canviar de professorat en cas necessari.**
  - En el cas dels tallers d'anglès i francès, **el professorat es reserva el dret de fer canvis de grup entre l'alumnat que no disposi del nivell necessari.**
- **CODI DE CONDUCTA:**
  - **No es tolerarà cap actitud irrespectuosa** dirigida cap a altres persones, ja siguin alumnes, professorat, personal del Casal, o altres persones; així com tampoc es tolerarà un ús fraudulent o maltractament dels materials i espais del Casal.

- **El Casal aplicarà el següent protocol d'actuació en cas que es consideri necessari per motius de conducta irrespectuosa:**
  - **Un primer avís** en cas que algú tingui una actitud irrespectuosa, agressiva o de sabotatge del taller, l'activitat, etc.
  - **Expulsió de la persona en cas de repetició d'una actitud irrespectuosa** que ja hagi estat assenyalada amb un primer avís, o de manera directa en cas que es consideri greu.
  - **No es retornaran els diners** en cas d'expulsió.

## CALENDARI

Els tallers tenen una durada de 10 sessions, a excepció del Club de Lectura, el qual realitza una sessió mensual (3 en total).

A continuació podeu consultar les dates exactes de l'inici i la fi dels tallers segons el dia de la setmana en què es realitza:

- **Dilluns:** Del 8 d'abril al 17 de juny (el dilluns 20 de maig és festiu)
- **Dimarts:** Del 9 d'abril a l'11 de juny
- **Dimecres:** Del 10 d'abril al 19 de juny (el dimecres 1 de maig és festiu)
- **Dijous:** Del 11 d'abril al 13 de juny
- **Divendres:** Del 12 d'abril al 14 de juny

## OFERTA DE TALLERS

### IDIOMES

#### 01. ENGLISH STARTER (A1)

**Professora:** Monique Montessino

**Preu:** 63,53 €

**Descripció:** Curs destinat a aquelles persones que ja tenen unes nocions molt bàsiques de llengua anglesa. Es treballaran les salutacions (nom, país, edat), l'alfabet, els nombres, el menjar, les begudes, els dies de la setmana, els colors, els familiars, els mesos i s'aprendran a utilitzar tots els verbs en present simple (afirmatiu, negatiu i interrogatiu).

**Materials:** Caldrà comprar el llibre que indiqui la professora.

**Dimarts de 16.00 h a 17.30 h**

#### 02. ENGLISH BEGINNER (A2)

**Professora:** Monique Montessino

**Preu:** 63,53 €

**Descripció:** Curs destinat a aquelles persones que han tingut un mínim contacte amb la llengua anglesa i tenen un vocabulari molt bàsic (salutacions, nom, país, edat, l'alfabet, mesos, etc.). Es

treballarà el present simple (formulació de preguntes, afirmacions i negacions), es començarà a treballar el passat simple i s'ampliarà vocabulari.

**Materials:** Caldrà comprar el llibre que indiqui la professora.

**Dimecres de 18.30 h a 20.00 h**

### **03. ENGLISH PRE-UPPER INTERMEDIATE (B1)**

**Professora:** Monique Montessino

**Preu:** 63,53 €

**Descripció:** Per a persones que han adquirit coneixements elementals de llengua anglesa i que volen millorar-los progressivament. Es farà un repàs dels temps verbals present i passat de tots els verbs (formulació de preguntes, afirmacions i negacions) i es treballaran noves formes del futur i construccions més complexes.

**Materials:** Caldrà comprar el llibre que indiqui la professora.

**Dilluns de 18.30 h a 20.00 h**

### **04. ENGLISH INTERMEDIATE (B2)**

**Professora:** Monique Montessino

**Preu:** 63,53 €

**Descripció:** Per a persones que han adquirit coneixements elementals de llengua anglesa i que volen millorar-los progressivament. Es farà un repàs de tots els temps verbals estudiats anteriorment i s'hi inclourà el futur simple, amb *will*, *1st* i *2nd conditional*, *modal verbs*, forma passiva i subordinada relativa, etc. També es treballarà un vocabulari més precís i pràctic per a situacions i contextos de la vida quotidiana.

**Materials:** Caldrà comprar el llibre que indiqui la professora.

**Dilluns de 16.30 h a 18.00 h**

### **05. ENGLISH SPEAKING - INTERMEDIATE (B2)**

**Professora:** Monique Montessino

**Preu:** 63,53 €

**Descripció:** Curs destinat a persones amb un nivell intermedi de la llengua anglesa que volen practicar-la i millorar oralment. Sobretot es treballarà l'*speaking* a través de textos i situacions d'àmbit quotidià.

**Dimecres de 17.00 h a 18.30 h**

### **06. ENGLISH SPEAKING - ADVANCED (C1/C2)**

**Professora:** Monique Montessino

**Preu:** 63,53 €

**Descripció:** Curs destinat a persones amb un nivell avançat de llengua anglesa que volen millorar-la oralment. Sobretot es treballarà l'*speaking*, utilitzant tots els temps verbals i un vocabulari més extens.

**Dilluns de 12.00 h a 13.30 h**

### **07. FRANÇAIS INTERMÉDIAIRE (B1/B2)**



**Professora:** Monique Montessino

**Preu:** 63,53 €

**Descripció:** Curs destinat a persones adultes que ja tenen nocions bàsiques de francès i que desitgen refrescar o millorar els seus coneixements. Es treballarà vocabulari i situacions quotidianes i s'insistirà en l'aspecte oral. (No té importància si no s'ha practicat des de fa molt de temps; és per això que en diem falsos debutants.)

**Dimarts de 17.30 h a 19.00 h**

## **08. FRANÇAIS EXPÉRIMENTÉ (C1)**

**Professora:** Monique Montessino

**Preu:** 63,53 €

**Descripció:** L'objectiu de les classes serà conciliar el plaer d'aprendre per poder defensar-se dins una situació concreta, amb una bona estructura dels coneixements (diferències culturals, llenguatge de la vida quotidiana), tot utilitzant un vocabulari pràctic (salut, vida quotidiana, cuina), turístic (hotels, restaurants, visites culturals) i personal (parlar de la família, les vacances, la feina, etc.).

**Dimarts d'11.30 h a 13.00 h**

## **09. CATALÀ**

**Professora:** Clara Cuennet Mas

**Preu:** 63,53 €

**Descripció:** Vols millorar la teva expressió oral i escrita? T'agradaria reforçar els teus coneixements des d'una metodologia d'aprenentatge dinàmica i a partir de situacions pràctiques? Aquest és el teu taller!

**Dimecres d'11.30 h a 13.00 h**

## **DANSA I VEU**

### **10. BALLS EN LÍNIA**

**Professora:** Mercè Pastor

**Preu:** 42,35 €

**Descripció:** Aprenderàs a moure el cos al ritme de la cúmbia, el merengue, el txa-txa-txa, la *bachata*, el rock'n'roll... sense necessitat d'una parella i amb les cançons que més t'agradin!

**Dilluns d'11.00 h a 12.00 h**

### **11. BALLS DE SALÓ**

**Professora:** Mercè Pastor

**Preu:** 11A - 42,35 € / 11B - 63,53 €

**Descripció:** Una classe per ballar amb parella! Coneixeràs tota mena de ritmes i estils de ball, des dels més clàssics, com el tango, el vals i el pasdoble, fins als més llatins, com la salsa, la bachata, etc. Una bona estona molt gratificant per gaudir del ball en parella.

**11A - Dilluns de 12.00 h a 13.00 h**

**11B - Dijous d'11.30 h a 13.00 h**

## **12. GIMNÀSTICA AMB BALL LLIURE**

**Professora:** Mercè Pastor

**Preu:** 63,53 €

**Descripció:** És la ITV del cos! T'ofereixo una classe ideal per gaudir i moure el cos. Treballarem el moviment articular, l'equilibri, la coordinació i reforçarem la musculatura, sempre ballant i al ritme de la música. Seran sessions aptes per a tothom per aconseguir una ment i un cos saludable!

**Dijous de 10.00 h a 11.30 h**

## **13. COUNTRY - INICIACIÓ**

**Professora:** Pilar Rubín

**Preu:** 42,35 €

**Descripció:** T'introduiràs en una nova dansa col·lectiva i divertida! Aprendre els passos bàsics i les primeres combinacions del country de manera dinàmica i coordinada amb la resta de participants.

**Dilluns de 19.00 h a 20.00 h**

## **14. COUNTRY – INTERMEDI BAIX**

**Professora:** Pilar Rubín

**Preu:** 42,35 €

**Descripció:** Avançarem de forma divertida en la pràctica d'aquest ball col·lectiu. Aprendre noves combinacions relacionades amb el teu nivell, mantenint el dinamisme, la coordinació i la força.

**Dimecres de 20.00 h a 21.00 h**

## **15. COUNTRY – INTERMEDI ALT**

**Professora:** Pilar Rubín

**Preu:** 42,35 €

**Descripció:** Avançarem de forma divertida en la pràctica d'aquest ball col·lectiu. Aprendre noves combinacions relacionades amb el teu nivell, mantenint el dinamisme, la coordinació i la força.

**Dilluns de 20.00 h a 21.00 h**

## **16. COUNTRY - AVANÇAT**

**Professora:** Pilar Rubín

**Preu:** 42,35 €

**Descripció:** Avançarem de forma divertida en la pràctica d'aquest ball col·lectiu. Aprendre noves combinacions relacionades amb el teu nivell, mantenint el dinamisme, la coordinació i la força.

**Dimecres de 19.00 h a 20.00 h**

## 17. SEVILLANES

**Professora:** Isabel Ruiz de Villa

**Preu:** 63,53 €

**Descripció:** És imprescindible tenir els coneixements bàsics per poder seguir el curs. En aquest trimestre s'aprofundirà en el treball del ritme i la coordinació de moviments. No cal parella.

**Dimarts de 17.30 h a 19.00 h**

## 18. CANT CORAL

**Professora:** Bernardo Latini

**Preu:** 63,53 €

**Descripció:** Vols millorar aspectes de la teva veu i aprendre a cantar en grup? En aquest taller cantem cançons en format coral, realitzem exercicis corporals i de tècnica vocal per mantenir una postura saludable i òptima per potenciar la veu. Cantem cançons diverses a diferents veus, ja siguin actuals i catalanes, com grans *hits* internacionals.

**Dimecres de 17.30 h a 19.00 h**

## PLÀSTICA

### 19. DIBUIX I PINTURA

**Professor/a:** Maria Pappalardi

**Preu:** 84,70 €

**Descripció:** Espai on podràs desenvolupar la teva creativitat tot experimentant diverses tècniques: llapis, carbonet, qualsevol tipus de retolador, tempera sòlida, etc. De tècniques humides podràs descobrir l'aquarel·la, la tinta xinesa, gouache, tempera, acrílics... En aquest taller no es pot realitzar pintura a l'oli.

**Dilluns de 10.00 h a 12.00 h**

### 20. DIBUIX I PINTURA PER A ADULTS

**Professor:** Luis Moreira

**Preu:** 84,70 €

**Descripció:** Aquest taller et servirà per apropar-te al món del dibuix i de la pintura. Podràs investigar amb els materials, aprendre diferents tècniques i endinsar-te en la creació plàstica.

**Dimarts de 19.00 h a 21.00 h**

### 21. ZENTANGLES

**Professor:** Tomàs Padrós

**Preu:** 63,53 €

**Descripció:** El Zentangle és un mètode de dibuix meditatiu relaxant, divertit i a l'abast de tothom, per la qual cosa no es necessita saber dibuixar. Permet crear imatges abstractes atractives a partir del dibuix de patrons estructurats i fàcil d'aprendre. S'elimina la preocupació estressant pel resultat final i centra tota l'atenció a gaudir del moment, tot augment de concentració, el desenvolupament de la creativitat, la millora d'habilitats motores i la satisfacció personal.

**Dijous de 18.30 h a 20.00 h**

## 22. PUNTES DE COIXÍ I

**Professora:** M. Montserrat Robert (professora voluntària)

**Preu:** 27,20 €

**Descripció:** T'endinsaràs en l'art del treball tradicional de les puntes, amb uns patrons senzills, tot jugant a fer voltes amb els boixets, el fil i les agulles.

**Dijous de 10.30 h a 12.45 h**

## 23. PUNTES DE COIXÍ II

**Professora:** Rosa Casajuana

**Preu:** 63,53 €

**Descripció:** Aprenderàs nous punts contemporanis per canviar els punts de fons de mocadors i puntes tradicionals. Crearàs joieria de boixets, capsetes tridimensionals, flors, etc. Tot amb l'art de la punta de coixí.

**Dimecres de 10.00 h a 11.30 h**

## HUMANITATS

### 24. CLUB DE LECTURA

**Professora:** Blanca Álvarez

**Preu:** 19,06 €

**Descripció:** El club de lectura abasta una àmplia varietat de gèneres, èpoques, cultures i registres de literatura escrita per dones. Es tracta de reunir un grup de persones interessades a posar de manifest la pluralitat de veus de les autores, que tantes vegades han quedat fora del cànon literari, per reivindicar-ne la universalitat. Un espai obert per poder comunicar, un cop al mes, experiències, sensacions i pensaments sobre el que llegim.

**Dimarts de 19.00 h a 20.30 h (1 sessió al mes)**

### 25. ESCRIPTURA CREATIVA

**Professora:** Miquel Sánchez (professor voluntari)

**Preu:** 27,20 €

**Descripció:** Es treballarà el gènere literari de poesia i la prosa poètica. El professor escollirà els poetes dels deu temes del trimestre i els alumnes elaboraran cadascú, individualment, un poema, cada setmana, el qual serà comentat a classe per la resta de companys

**Dimarts de 10.00 h a 11.30 h**

## BENESTAR

### 26. GIMNÀSTICA POSTURAL

**Professora:** Irene Garcia

**Preu:** 42,35 €

**Descripció:** Aprenderàs a modificar hàbits i pautes corporals a través d'una gran diversitat d'exercicis senzills que afavoreixen la flexibilitat.

**25A - Dimecres de 10.00 h a 11.00 h**

**25B - Divendres de 12.00 h a 13.00 h**

## **27. TÈCNICA HIPOPRESSIVA**

**Professora:** Irene Garcia

**Preu:** 42,35 €

**Descripció:** Es tracta d'una tècnica basada en mètodes posturals i respiratoris. Aconseguiràs augmentar el to de repòs de la faixa abdominal i del sòl pelvià, un veritable protector de la columna. Beneficia tots els òrgans del cos i la salut personal general. Les classes seran dinàmiques i començarem amb un escalfament aeròbic.

**Dimecres d'11.00 h a 12.00 h**

## **28. TÈCNICA HIPOPRESSIVA I GIMNÀSTICA POSTURAL**

**Professora:** Irene Garcia

**Preu:** 42,35 €

**Descripció:** Aquest taller serà la combinació de dues tècniques: la hipopressiva, basada en mètodes posturals i respiratoris, i la gimnàstica postural, enfocada a modificar hàbits i pautes corporals. Treballarem amb exercicis senzills que afavoriran la flexibilitat del teu cos.

**Divendres d'11.00 h a 12.00 h**

## **29. PILATES**

**Professora:** Irene Garcia

**Preu:** 42,35 €

**Descripció:** Aquest taller està especialment indicat per a persones que necessitin exercitar la mobilitat a la columna, enfortir la musculatura de les abdominals i millorar l'agilitat corporal. Aquest taller no es recomana a persones amb lesió a la columna ni per a edats avançades.

**29A – Dimarts de 19.00 h a 20.00 h**

**29B – Divendres de 10.00 h a 11.00 h**

## **30. IOGA I SALUT**

**Professora:** Neus Alonso

**Preu:** 52,94 €

**Descripció:** Aquest taller contribueix a la unió i a la integració harmònica de la persona a través de la consciència, la respiració i el moviment.

**Dimarts de 10.00 h a 11.15 h**

## **31. PILATES I IOGA**

**Professora:** Neus Alonso

**Preu:** 52,94 €

**Descripció:** La combinació del pilates i el ioga ajuda a millorar la nostra salut, tant físicament com mentalment. A través d'aquestes dues tècniques aconseguiràs trobar l'harmonia entre el cos i la ment.

**Dimarts d'11.30 h a 12.45 h**

### **32. MÈTODE FELDENKRAIS (Taller d'esquena)**

**Professora:** Isabel Lamas

**Preu:** 42,35 €

**Descripció:** Practicarem el moviment conscient per millorar les nostres accions diàries i obtenir més harmonia, salut i benestar. Aquesta tècnica la poden practicar totes aquelles persones que vulguin millorar la seva qualitat de vida, independentment de la condició física i l'edat, ja que l'adaptarem a les limitacions de cadascú.

**31A – Dilluns de 10.00 h a 11.00 h**

**31B – Dimecres de 12.00 h a 13.00 h**

### **33. TAITXÍ**

**Professora:** M<sup>a</sup> Elena Olleta

**Preu:** 63,53 €

**Descripció:** El taitxí és l'art de la meditació en moviment. Mitjançant la coordinació de moviments lents i de la respiració, promourem la flexibilitat, la sensibilitat i la vitalitat per assolir beneficis generals en la salut.

**Dilluns de 17.30 h a 19.00 h**

## **SALUT MENTAL**

### **34. MEMÒRIA I SALUT**

A càrrec de la Fundació Uszheimer

**Preu:** 63,53 €

**Descripció:** Mitjançant l'entrenament de les capacitats cognitives, es vol prevenir i millorar les absències de memòria, potenciant també la nostra autonomia, la comunicació i la salut personal.

**34A – Dilluns de 16.00 h a 17.30 h**

**34B – Dimecres de 16.00 h a 17.30 h**

## **TECNOLOGIA**

### **35. ÚS BÀSIC DE LES TECNOLOGIES**

**Professora:** Chaymae Harrak

**Preu:** 63,53 €

**Descripció:** Taller dirigit a aquelles persones que tenen poca experiència amb el mòbil i l'ordinador, que vulguin aprendre i agafar confiança amb les tecnologies. Aprendrem a fer un ús bàsic de l'ordinador, a fer servir aplicacions bàsiques com el Google Maps i el correu electrònic. Coneixerem les funcions bàsiques del mòbil i de l'ordinador i aprendrem a fer tràmits telemàtics senzills, a evitar estafes tecnològiques i moltes coses més!

**Dilluns de 18.15 h a 19.45 h**

## **LLOGUER DE SALES**

Si necessiteu algun espai per fer reunions, conferències, presentació de llibres, assaigs, etc., podeu sol·licitar les sales del nostre Casal. Disposem de diversos espais que, ben segur, s'adequaran a les vostres necessitats. Podeu consultar les condicions, preus i disponibilitat a través del telèfon 93 213 14 51 o al web [www.cardener.cat](http://www.cardener.cat).