

INSCRIPCIONS:

- Inscripcions presencials a partir del dia 28 de març
- Preus per a residents del Complex:

Els residents del complex d'habitatges municipals per a la gent gran gaudeixen d'una bonificació del 30% en el preu de les activitats formatives que organitza l'Ajuntament de Sabadell a l'espai relacional del complex on resideixin.

- Per a més informació, adreceu-vos al taulell d'informació:

Complex Parc Central

Horari de 9 a 20 h, de dilluns a divendres

C. de Diego Almagro, 44

Tel. 93 745 31 69

Contacte: espaiparccentral@ajsabadell.cat

OBSERVACIONS:

- Les places són limitades, hi ha un màxim i un mínim de participants
- A les activitats gratuïtes, cal inscriure-s'hi prèviament a recepció.
- Documents necessaris per fer-hi la inscripció als cursos de pagament: DNI i document acreditatiu, número de compte per tal de fer-hi la transferència bancària
- A les activitats aquí editades pot haver-hi alguna variació o canvi

Si voleu estar al dia sobre les activitats orientades a les persones grans que tenen lloc a la ciutat visiteu el web www.sabadell.cat/gentgran.

 www.sabadell.cat/gentgran

 youtube.com/ciclesdevida

 [SBD Gent Gran](#)

 [Sabadell 60+](#)

Organització:



PROGRAMA D'ACTIVITATS
PER A PERSONES GRANS

tu ets
VITALITAT
mou-te!

ESPAI PARC CENTRAL
D'ABRIL A JUNY DE 2022

SABADELL
CIUTAT AMIGA
DE LES
PERSONES
GRANS





INFORMÀTICA, COMUNICACIÓ I IDIOMES

TALLER D'INFORMÀTICA

Per a aprendre el funcionament de l'ordinador tant de sobre taula com portàtil, iniciació, funcionament bàsic i altres eines per connectar-se i navegar per internet

Grup 1: dim cres de 9.30 a 11 h, del 6 d'abril al 22 de juny

Grup 2: dijous de 9.30 a 11 h, del 6 d'abril al 22 de juny

Gratuït
Col·laboració: Fundació Cívica Oreneta del Vallès



TALLER D'ÚS DEL MÒBIL

Per a aprendre el funcionament smartphones, tauletes i altres eines per connectar-se a internet

Dijous de 9.30 a 11 h, del 6 d'abril al 22 de juny

Gratuït
Col·laboració: Fundació Cívica Oreneta del Vallès

TUTORIES INFORMÀTIQUES

Reserva hora per resoldre tots els dubtes que tinguis d'informàtica o del mòbil

Dimecres i dijous d'11 a 13.30 h del 7 d'abril al 16 de juny

Gratuït
Col·laboració: Fundació Cívica Oreneta del Vallès

ARTS, CULTURA I MÚSICA

TARDA DE CINEMA

Sessió de cinema per poder gaudir d'una bona pel·lícula

A càrrec del veí del complex, Francesc Anglès
Divendres 8 d'abril, 6 de maig i 3 de juny a les 17 h
Gratuït



TALLER DE BALLS DE SALÓ

Taller d'iniciació als balls de saló, aprendrem a ballar el pasdoble, el bolero, la salsa, el txa-txa-txa i el merengue. A càrrec del veí del complex, Miguel Bustamente.

Dimarts a les 18 h
Gratuït



TERTÚLIA-DEBAT

Sessió quinzenal de debat i conversa dirigits pel veí del complex Joan Taltavull

Dilluns a les 17 h (quinzenal)
Gratuït

TALLER DE MANUALITATS

Taller on aprendrem diferents tècniques artístiques i podrem desenvolupar les nostres habilitats creatives.

A càrrec de la veïna del complex, Teresa Jiménez
Divendres, de 10 a 12 h
Gratuït



VISITES CULTURALS

SORTIDA VIU L'ART CONTEMPORANI

Taller d'introducció a l'art contemporani. A partir d'uns exercicis es desenvoluparan els objectius plantejats treballant els temes de la música, la dansa, la pintura, l'escultura, el moviment, els colors, les sensacions o les emocions.

Dijous 21 d'abril, a les 10 h
Gratuït

SORTIDA ESCULTURES AL CARRER

L'activitat s'inicia al mateix Mercat Sant Joan amb una petita xerrada il·lustrada sobre el significat i la tipologia de les escultures dels carrers de Sabadell. Després, el treball se centra en l'escultura més propera al centre o més emblemàtica.

Dijous 17 de maig, a les 9.30 h
Gratuït

EXPOSICIONS

EL CARRER

Exposició fotogràfica de Llorenç Martí
Del 4 al 28 d'abril
Organitza: UES



COLLECTIVA DELS SOCIS DE LA UES TEMA LLIURE

Exposició fotogràfica col·lectiva de la secció foto vídeo de la Unió Excursionista de Sabadell
Del 2 al 30 de maig

EL TANGO ÉS UN SENTIMENT QUE ES BALLA

Exposició de Josep Paradell, de la secció foto vídeo de la Unió Excursionista de Sabadell
De l'1 al 27 de juny

ALTRES ACTIVITATS

EXCURSIONS MATINALS, DE 8 A 14 H

Preu: 10.50 euros

Dimarts 5 i dijous 7 d'abril

Resseguint el riu Ripoll (V): Castellar - Sabadell

Dimarts 3 i dijous 5 de maig

Gallecs



Dimarts 7 i Dijous 9 de juny

Puig Madrona

EXCURSIONS DE TOT EL DIA, DE LES 8 A LES 18 H

Preu: 17 euros

Dimarts 26 i dijous 28 d'abril

La vall del Llobregat (II): de la Pobla de Lillet a Càmping l'Espelt

Dimarts 24 i dijous 26 de maig

La vall del Llobregat (III): del càmping l'Espelt a Guardiola del Berguedà

ACTIVITATS DESTACADES

EL COMPLEX PARC CENTRAL CELEBRA SANT JORDI AMB L'ACTUACIÓ DEL DUET D'HAVANERES "RAMON I ARTUR" I CERTAMEN LITERARI A CÀRREC DELS VEÏNS DEL COMPLEX

Dijous dia 21 d'abril a les 17 h

CELEBRACIÓ DEL 9è ANIVERSARI DEL COMPLEX PARC CENTRAL AMB L'ACTUACIÓ DELS "TRIATU TEATRE" (GAGS TEATRALITZATS I PLAYBACK)

Dijous dia 26 de maig a les 17 h

També es realitzen tallers de memòria que actualment estan amb les places totalment cobertes