

INSCRIPCIONS

Presencialment a l'Ajuntament de Prats de Lluçanès o al web www.pratsdellucanes.cat/cursos

PAGAMENT

A l'entitat bancària, una vegada realitzada la inscripció.

MÉS INFORMACIÓ

Més informació sobre les activitats al telèfon **938 560 315**, o al correu electrònic: centrededia@pratsdellucanes.cat

ACTIVITATS

Les activitats estan adreçades a aquelles que compleixin els següents requisits:

Persones jubilades, prejubilades, en situació d'atur (majors de 49 anys), situacions d'invalidesa/incapacitació o casos derivats de Serveis socials.

Les activitats començaran el mes de setembre del 2023

És imprescindible **inscripció prèvia** per a totes les activitats.

ESPAI SOCIAL DE LA GENT GRAN DE PRATS DE LLUÇANÈS

Activitats de tardor
setembre – desembre
2023



+i

Centre de dia
tel. 938 560 315
centrededia@pratsdellucanes.cat



AJUNTAMENT DE
PRATS DE LLUÇANÈS



661 545 638

Digues la
teva i estigues
al dia!

ACTIVITATS DIRIGIDES I TALLERS

IOGA PER A LA GENT GRAN

Durada: del 5 d'octubre al 21 de desembre del 2023.

Horari: dijous, de 2/4 de 10 a 2/4 d'11 o de 11 a 12 del matí.

Preu: 21€/trimestre.

GINNÀSTICA DE MANTENIMENT

Durada: del 4 d'octubre al 20 de desembre del 2023.

Horari: dimecres, de 4 a 5 de la tarda.

Preu: 21€/trimestre.

RUTES SALUDABLES (PRATS DE LLUÇANÈS)

Dies: 29 de setembre, 6 i 27 d'octubre, 3, 10 i 17 de novembre del 2023.

Horari: divendres, a 2/4 de 10 del matí.

Punt de trobada: Plaça de l'U d'Octubre (davant del Centre de Dia SAIAR Bonasort).

Preu: gratuït.

RUTES CONJUNTES PEL LLUÇANÈS

Caminades de 7-9 km a municipis del Lluçanès (3 i 19 octubre, 21 de novembre del 2023).

Programes a part.

Més informació al Centre de Dia (SAIAR)

Bonasort o al telèfon

938 560 315.

BALL EN LÍNIA

Durada: del 2 d'octubre al 18 de desembre del 2023.

Horari: dilluns, de 2/4 de 10 a 2/4 d'11 del matí.

Preu: 39€/trimestre.

CATALÀ

Durada: del 9 d'octubre al 27 de novembre del 2023 (8 sessions).

Horari: dilluns, de 2/4 d'11 a 12 del matí.

Preu: gratuït.

Impartit per un voluntari.

TALLER D'ENTRENAMENT DE LA MEMÒRIA

Durada: del 3 o 4 d'octubre al 19 o 20 de desembre del 2023.

Horari: dimarts o dimecres, de 5 a 6 de la tarda.

Preu: 7€/taller.

TALLER DE BENESTAR EMOCIONAL

Durada: del 8 al 29 de novembre del 2023 (4 sessions).

Horari: dimecres, de 10 a 2/4 de 12 del matí.

Imparteix: referent benestar emocional EAP Lluçanès.

Preu: Gratuït.

GRUP DE LABORS

Descripció: espai de trobada on les persones realitzen diferents tipus de labors.

Data d'inici: 12 de setembre del 2023.

Horari: dimarts, de 3 a 5 de la tarda.

TALLER DE PINTURA/DIBUIX

Durada: del 10 d'octubre del 19 de desembre del 2023 (10 sessions).

Horari: de 10 a 2/4 de 12 del matí.

Preu: 30€/trimestre (15€ material).

TALLER D'ESCACS

Durada: del 3 d'octubre al 21 de desembre del 2023.

Horari: dijous, de 3 a 4 de la tarda.

Tallerista: voluntari (Club Escacs St. Boi Lluçanès)

Preu: Gratuït

PUNTAIRES

Descripció: activitat de puntes, calats, etc.

Data d'inici: 14 de setembre del 2023.

Horari: dilluns i dijous, de 3 a 7 de la tarda. Dimarts de 10 a 12 del matí.

Per més informació, contactar amb la Junta de les puntaires.

CORAL DE PRATS DE LLUÇANÈS

Descripció: Assaig de cant coral.

Durada/horari: divendres, de 2/4 de 6 a 7 de la tarda.

Per a més informació, contactar amb la Junta de la Coral.

SOLFEIG (LLENGUATGE MUSICAL)

Durada: del 17 d'octubre al 19 de desembre del 2023 (10 sessions).

Horari: dimarts, de 4 a 5 de la tarda.

Imparteix: EMAL.

Preu: 30€/trimestre.

Inscripcions:

www.llucanes.cat/emal/tallers-trimestrals/ o a l'Espai social.

CELEBRACIONS I ACTIVITATS CULTURALS I D'INTERCANVI

INTERCANVI DE CASALS

Amb el casal Sant Jordi d'Aiguafreda.

Tardor 2023-primavera 2024 (dates pendents de concretar).

SETMANA DE LA GENT GRAN

Del 25 de setembre a l'1 d'octubre del 2023. (Programes a part).

TROBADA DE CASALS DEL LLUÇANÈS

28 d'octubre del 2023. Sant Bartomeu del Grau (Programes a part).

EXCURSIÓ A COTLLIURE

Dia: dimarts 26 de setembre del 2023.

Preu: 52€.

Inscripcions: Centre de dia (SAIAR) Bonasort, o al telèfon 938 560 315.

CASTANYADA

Berenar i concert del grup CALIDAE (data pendent de concretar).

TORRONADA