



CURSOS I TALLERS PER A LA GENT GRAN

HABILITATS PERSONALS

MEMÒRIA I HABILITATS BÀSIQUES PER A LA VIDA QUOTIDIANA

Entrena les capacitats d'atenció, concentració, percepció i memòria.

M Olga Utrera

D A partir del 7 d'octubre de 2024

H Dilluns, de 16.30 h a 17.45 h

Ll Escola Federico García Lorca de Lourdes

H Dilluns, de 18.30 h a 19.45 h

Ll CIRD Joana Barcala

H Dimarts, de 16.45 h a 18 h

Dimecres, de 16 h a 17.15 h

Dijous, de 17 h a 18.15 h

Ll L'Ateneu Gran

H Dimecres, de 17.30 h a 18.45 h

Dijous, de 18.30 h a 19.45 h

Ll El Lledoner

H Dijous, de 15 h a 16.15 h

Ll Espai Rural de Gallecs

Q Curs de pagament (anual)

MEMÒRIA, ART I JOCS

Treballa la memòria d'una manera lúdica a través de tècniques artístiques i els jocs.

M Cristina Bernal

H Dijous, de 17.30 h a 19 h

D A partir del 10 d'octubre del 2024

Ll L'Ateneu Gran

Q Curs de pagament (anual)

PARLEM EN ANGLÈS. NIVELL BÀSIC

Amplia la gramàtica i el teu vocabulari en anglès. Aquest curs està **adreçat a persones amb nocions bàsiques** de l'idioma.

M Belinda Costa

D A partir del 7 d'octubre de 2023

H Dilluns, de 17.30 h a 19 h

Ll L'Ateneu Gran

Q Curs de pagament (anual)

PARLEM EN ANGLÈS.

NIVELL INTERMEDI

Pràctica l'expressió oral, la gramàtica i la comprensió escrita i lectora. Aquest curs està **adreçat a persones amb un nivell intermedi** de l'idioma.

M Belinda Costa

D A partir del 7 d'octubre de 2024

H Dilluns, de 16 h a 17.30 h

Ll L'Ateneu Gran

Q Curs de pagament (anual)

LET'S CHAT! - PARLEM!

Treballa i perfecciona l'expressió oral en anglès. Aquest curs està **adreçat a persones amb coneixements de l'idioma que vulguin millorar la seva expressió oral**.

M Belinda Costa

D A partir del 7 d'octubre de 2024

H Dilluns, de 19 h a 20.15 h

Ll L'Ateneu Gran

Q Curs de pagament (anual)

FRANCÈS PER AL DIA A DIA.

NIVELL BÀSIC NOU!

Grup de conversa per practicar la gramàtica i el vocabulari en francès. **Adreçat a persones amb nocions bàsiques de l'idioma**.

M M. Josep Ciurans (V)

D A partir del 8 d'octubre de 2024

H Dimarts, de 16.15 h a 17.45 h

Ll El Lledoner

Q Gratuïta (anual)

L'HEURE EN FRANÇAIS

L'HORA EN FRANCÈS

Grup de trobada en francès. **Adreçat a persones amb un nivell intermedi de l'idioma**.

M M. Josep Ciurans (V)

D A partir del 8 d'octubre de 2024

H Dimarts, de 18 h a 19.30 h

H Dijous, de 18 h a 19.30 h

Ll El Lledoner

Q Gratuïta (anual)

LECTOESCRITURA

Perquè mai és tard per aprendre a llegir i a escriure en castellà.

M Olga Utrera

D A partir del 8 d'octubre de 2024

D Dimarts, de 15.30 h a 16.45 h

Ll L'Ateneu Gran

M Enrique Carro

D A partir del 9 d'octubre de 2024

H Dimecres, de 16.30 h a 18 h

Ll L'Ateneu Gran

Q Gratuïta (14 sessions)

(V) Membre del Voluntariat del coneixement.

CATALÀ AL XAT NOU:

Millora el teu català escrit per a la teva comunicació quotidiana a través del correu electrònic, WhatsApp o les xarxes socials.

M Belinda Costa

D A partir de l'11 d'octubre de 2024

H Divendres, de 16.45 h a 18 h

Ll L'Ateneu Gran

Q Gratuïta (anual)

LECTURA EN CASTELLÀ

Espai per iniciar-te en el món de la lectura en castellà.

M Paula Carpintero

D A partir del 9 d'octubre de 2024

H Dimecres, de 16 h a 17 h

Ll CC La Marineta

Q Gratuïta (anual)

CONVERSA EN CATALÀ

Grup de conversa en català.

Calen coneixements bàsics de català.

M M. Lluïsa Pujol (V)

D A partir del 7 d'octubre de 2024

H Dilluns, de 17 h a 18 h

Ll CC La Marineta

M Montserrat Mas (V)

D A partir de l'11 d'octubre de 2024

H Divendres, de 18 h a 19 h

Ll L'Ateneu Gran

M Silvia Tàbios

D A partir del 10 d'octubre de 2024

H Dijous, de 16 h a 17 h

Ll Espai Sant Jordi

Col·laboració: Fundació Catalunya – La Pedrera

Q Gratuïta (anual)

LECTURA EN CATALÀ

Espai per iniciar-te en el món de la lectura en català.

M M. Lluïsa Pujol (V)

D A partir del 10 d'octubre de 2024

H Dijous, de 17 h a 18 h

Ll CC La Marineta

M Silvia Tàbios

D A partir del 8 d'octubre de 2024

H Dimarts, de 16 h a 17 h

Ll Espai Sant Jordi

Q Gratuïta (anual)

Col·laboració: Fundació Catalunya – La Pedrera

CÀLCUL BÀSIC

Practica i aprèn les operacions bàsiques de càlcul matemàtic.

M Enrique Romero (V)

D A partir del 10 d'octubre de 2024

H Dijous, de 16 h a 17 h

Ll L'Ateneu Gran

Q Gratuïta (anual)

AMIGURUMI O NINOS DE GANXET!

Aprèn a fer ninos, animalets, figures d'allò més realistes i ben divertides amb la tècnica del ganxet.

M Guadalupe Lázaro i Ofelia Encinas (V)

D A partir del 8 d'octubre de 2024

H Dimarts, de 17.30 h a 18.30 h

Ll Espai Sant Jordi

Q Gratuïta (anual)

Col·laboració: Fundació Catalunya – La Pedrera

APRÈN A FER MITJA

Inicia't en el món de la llana i les agulles, i crea les teves pròpies peces de roba.

M Laudina Alcalà, Alicia Villa, Josefina Bartomeu i Rosa M. Pujol (V)

D A partir del 9 d'octubre de 2023

H Dimecres, de 15.45 h a 17.15 h

Ll El Lledoner

Q Gratuïta (anual)

INICIACIÓ AL FENGSHUI

Guanya benestar i harmonia a la teva llar a partir de recursos pràctics i organitzatius del fengshui. Aprèn a estimar els teus espai; potencia la creativitat i allibera emocions a partir del plànol de casa teva.

M Maite Otero (V)

D A partir del 23 d'octubre de 2024

H Dimecres, de 17.30 h a 18.45 h

Ll El Lledoner

Q Gratuïta (8 sessions)

ESPAI DE COSTURA:

REINVENTA LA TEVA ROBA

Taller de costura, en què aprendràs a donar una nova vida al teu vestuari.

M Antonia Rosales i Carmen Pedrosa (V)

D A partir de l'11 d'octubre de 2024

H Divendres, de 16.45 h a 18.15 h

Ll L'Ateneu Gran

Q Gratuïta (anual)

COSTURA

Taller per aprendre a cosir o per perfeccionar la teva tècnica. Podràs fer des d'una vora d'uns pantalons a una faldilla.

M Núria Riguillo (V)

D A partir del 7 d'octubre de 2024

H Dilluns, de 16.30 h a 18 h

Dilluns, de 18 h a 19.30 h

Ll El Lledoner

Q Gratuïta (anual)

(V) Membre del Voluntariat del coneixement.

RECURSOS PER AL DIA A DIA

TALLER D'ESTALVI ENERGÈTIC A LA LLAR

Vols estalviar energia i diners? Vols entendre les factures d'electricitat, gas i aigua? Vols conèixer el bo social d'electricitat? En aquest taller rebràs tota aquesta informació, així com consells per estalviar a casa i idees per mantenir el respecte amb el medi ambient.

M Oficina de Rehabilitació Energètica. Servei de Transició Energètica, Gestió de l'Aigua i Sostenibilitat. Ajuntament de Mollet del Vallès.

D A partir del 6 de novembre de 2024

H Dimecres, de 10 h a 11.30 h

LI El Lledoner

Q Gratuïta (4 sessions)

EXPRESSIÓ

CREA I DECORA

Espai creatiu per decorar casa teva amb diferents elements i suports, a partir de tècniques fàcils i sorprenents. Participarem en la decoració de les festes de Nadal, Carnaval i el Per molts Anys!

El material és a càrrec de l'alumne.

M Dolors Falcó (V)

D A partir del 7 d'octubre de 2024

H Dilluns, de 17.30 h a 18.30 h

LI Espai Sant Jordi

Q Gratuïta (anual)

Col·laboració: Fundació Catalunya – La Pedrera

DIBUIX ARTÍSTIC

Aprèn diferents tècniques pròpies del dibuix, a partir d'un model al natural.

M Cristina Bernal

D A partir del 8 d'octubre de 2024

H Dimarts, de 15.30 h a 17 h

LI L'Ateneu Gran

Q Curs de pagament (anual)

TÈCNiques DE PINTURA A L'OLI, ACRÍLICS I TÈCNICA MIXTA

Aprèn i practica noves tècniques pictòriques com l'oli i l'acrílic. Amb la tècnica mixta podràs crear diferents textures i volums.

M Cristina Bernal

D A partir del 8 d'octubre de 2024

H Dimarts, de 17.30 h a 19 h

LI El Lledoner

Q Curs de pagament (anual)

TÈCNiques DE PINTURA A L'OLI I A L'AQUAREL·LA

Aprèn i practica noves tècniques pictòriques com l'oli i l'aquarel·la.

M Cristina Bernal

D A partir del 10 d'octubre de 2024

H Dijous, de 15.30 h a 17 h

LI El Lledoner

Q Curs de pagament (anual)

INICIACIÓ AL MÓN DE LES MANDALES

Descobreix la teva creativitat i exercita la capacitat de concentració a través del treball dels mandales.

M Marga Pérez (V)

D A partir del 9 d'octubre de 2024

H Dimecres, de 17.30 h a 18.30 h

LI Espai Sant Jordi

Q Gratuïta (anual)

Col·laboració: Fundació Catalunya – La Pedrera

ART RECICLAT

Crea diferents objectes artístics a partir de material reciclat. El material és a càrrec de l'alumne.

M M^a José de Jesús Martínez (V)

D A partir del 10 d'octubre de 2024

H Dijous, de 17.30 h a 18.30 h

LI Espai Sant Jordi

Q Gratuïta (anual)

Col·laboració: Fundació Catalunya – La Pedrera

LINE DANCE O BALL EN LÍNIA

Aprèn a ballar en línia diferents estils musicals com la salsa, el country o el pas doble. Reforçaràs la memòria, la coordinació i gaudiràs del ball sense parella.

M Angie Calderón

D A partir del 7 d'octubre de 2024

H Dilluns, de 18.30 h a 20 h

LI El Lledoner

Q Curs de pagament (14 sessions)

BALLEM!

Mou el cos i aprèn balls i coreografies al ritme de diferents cançons i estils musicals.

M Núria Molina

D A partir del 8 d'octubre de 2024

H Dimarts, de 17.15 h a 18.30 h

LI El Lledoner

Q Curs de pagament (anual)

MATINS AMB RITME

Aprofita aquest espai per omplir-te d'energia i ballar al ritme de la música.

M Guillermo Gutiérrez (V)

D A partir del 9 d'octubre de 2024

H Dimecres, de 10 h a 11 h

LI Espai Sant Jordi

Q Gratuïta (anual)

Col·laboració: Fundació Catalunya – La Pedrera

TEATRE PER A GENT GRAN

Taller obert per fer possibles els papers més diversos que puguem interpretar.

M Rosa Galitó

D A partir del 4 d'octubre de 2024

H Divendres, de 16 h a 18 h

LI El Lledoner

Q Gratuïta (anual)

(V) Membre del Voluntariat del coneixement.

HUMANITATS

LA CENSURA AL CINEMA, UNA HISTÒRIA SENSE TALLS **NOU!**

Al llarg de la seva història, el cinema ha vist com diferents formes de censura retallaven escenes, modificaven històries o impedièren estrenar pel·lícules. Des del *Codi Hays* fins al maccarthisme que va perseguir el comunisme a Hollywood, passant per la censura a països com l'Espanya del Franquisme.

M Judith Vives

D A partir del 2 de desembre de 2024

H Dilluns, de 18 h a 19.30 h

Ll El Lledoner

Q Curs de pagament (4 sessions)

ELS SECRETS AMAGATS DELS QUADRES

Vols saber quines històries i significats s'amaguen darrere dels quadres? Quins missatges ens volien transmetre els artistes?

Aprèn a mirar un quadre i a investigar què hi ha darrere d'un paisatge o un retrat.

M Enrique Carro

D A partir del 8 d'octubre de 2024

H Dimarts, de 18.15 h a 19.45 h

Ll L'Ateneu Gran

Q Curs de pagament (4 sessions)

DE MAQUIAVEL A MARX: BREU HISTÒRIA DEL PENSAMENT POLÍTIC **NOU!**

Coneix els diferents pensaments polítics al llarg de la història, els seus orígens i la seva evolució.

M Joaquim Pifarré (V)

D A partir del 5 de novembre de 2024

H Dimarts, de 18.15 h a 19.30 h

Ll L'Ateneu Gran

Q Gratuït (4 sessions)

ESCRIU LA TEVA HISTÒRIA

Si t'agrada escriure i vols fer-ho d'una manera creativa, aquest és el teu taller. Podràs escriure el teu relat de ficció o la teva història de vida.

Aprenderàs tècniques narratives que t'ajudaran a construir una trama, els personatges, la veu del narrador, el ritme narratiu, etc.

M Enrique Carro

D A partir del 9 d'octubre de 2024

H Dimecres, de 18 h a 19.30 h

Ll L'Ateneu Gran

Q Curs de pagament (14 sessions)

SALUT I CREIXEMENT PERSONAL

PSICOMOTRICITAT PER A GENT GRAN

Aprèn a treballar les capacitats motrius, expressives i creatives a partir d'activitats corporals molt senzilles.

M Núria Molina

D A partir del 7 d'octubre de 2024

H Dilluns, de 17 h a 18.15 h

Ll El Lledoner

H Dimecres, de 17.30 h a 18.45 h

H Divendres, de 15.15 h a 16.30 h

Ll L'Ateneu Gran

Q Curs de pagament (anual)

GIMNÀSTICA DOLÇA

Fes treball corporal suau basat en exercicis bàsics i senzills que t'ajudaran a millorar el teu benestar general.

M Núria Molina

D A partir del 7 d'octubre de 2024

H Dilluns, de 15.15 h a 16.30 h

Ll L'Ateneu Gran

H Dimarts, de 16 h a 17.15 h

Dimecres, de 16 h a 17.15 h

Ll El Lledoner

Q Curs de pagament (anual)

IOGA

Aconsegueix un equilibri entre el teu cos i la teva ment.

M Jessica Entrena

D A partir del 7 d'octubre de 2024

H Dilluns, de 9.30 h a 11 h

Ll El Lledoner

Q Curs de pagament (14 sessions)

IOGA I MEDITACIÓ

Aconsegueix un equilibri entre el teu cos i la teva ment. Combinarem la pràctica de ioga i la meditació guiada.

M Jessica Entrena

D A partir del 7 d'octubre de 2024

H Dilluns, d'11 h a 12.30 h

Ll El Lledoner

Q Curs de pagament (14 sessions)

ACTIVA'T I ESTIRA'T

Aprèn a fer exercicis i estiraments suaus, que et conviden a moure tot el cos i a millorar la teva flexibilitat.

M Albert Tort

D A partir del 8 d'octubre de 2024

H Dimarts, de 9.30 h a 11 h

H Dimecres, d'11 h a 12.30 h

Ll El Lledoner

Q Curs de pagament (14 sessions)

(V) Membre del Voluntariat del coneixement.

GIMNÀSTICA HIPOPRESSIVA I CORE

Practica exercicis per reforçar la faixa abdominal i prevenir la caiguda dels òrgans interns, a partir d'un treball integral dels músculs abdominals, lumbar, de la pelvis, el glutis i la musculatura profunda de la columna.

- M** Miguel Ángel Giovannini
- D** A partir del 15 d'octubre de 2024
- H** Dimarts, d'11 h a 12.30 h
- L** El Lledoner
- Q** Curs de pagament (14 sessions)

TONIFICACIÓ SÈNIOR

Entrena amb exercicis de tonificació, amb manuelles i petit material, per enfortir els músculs i prevenir el desgast d'ossos. La pèrdua de massa muscular és un procés natural de l'envelliment del cos.

- M** Albert Tort
- D** A partir del 9 d'octubre de 2024
- H** Dimecres, de 9.30 h a 11 h
- H** Dijous, de 9.30 h a 11 h
- L** El Lledoner
- Q** Curs de pagament (14 sessions)

GIMNÀSTICA FUNCIONAL

Aconsegueix un millor benestar físic i mental amb exercicis de força, resistència, velocitat i flexibilitat, adaptats al teu ritme.

- M** Miguel Ángel Giovannini
- D** A partir del 17 d'octubre de 2024
- H** Dijous, d'11 h a 12.30 h
- L** El Lledoner
- Q** Curs de pagament (14 sessions)

EQUILIBRI

Pren consciència corporal a través d'exercicis del mètode Pilates i millora la teva higiene postural.

- M** Valentina Medel
- D** A partir de l'11 d'octubre de 2024
- H** Divendres, de 9.30 h a 11 h
- L** El Lledoner
- Q** Curs de pagament (14 sessions)

EQUILIBRI SUAU

Pren consciència corporal a través d'exercicis del mètode Pilates, amb una intensitat moderada, i millora la teva higiene postural.

- M** Valentina Medel
- D** A partir de l'11 d'octubre de 2024
- H** Divendres, d'11 h a 12.30 h
- L** El Lledoner
- Q** Curs de pagament (14 sessions)

ALIMENTACIÓ SÈNIOR **NOU!**

Coneix els fonaments d'una alimentació equilibrada i la importància de consumir aliments variats, les seves propietats i com contribueixen a la salut general i al benestar a l'edat adulta.

- M** Laia Oller
- D** A partir del 7 d'octubre de 2024
- H** Dilluns, de 17.30 h a 19 h
- L** El Lledoner
- Q** Curs de pagament (4 sessions)

ELABORACIÓ DE MENÚS SETMANALS FÀCILS I EQUILIBRATS **NOU!**

Aprèn de manera senzilla i divertida com planificar els àpats setmanals. Crea menús equilibrats que t'ajudaran a mantenir una dieta saludable sense caure en la monotonia.

- M** Laia Oller
- D** A partir del 13 de gener de 2025
- H** Dilluns, de 17.30 h a 19 h
- L** El Lledoner
- Q** Curs de pagament (4 sessions)

RIURE PER REVIURE

Comparteix una experiència de grup basada en els principis de la intel·ligència emocional, l'humor i el pensament positiu.

- D** A partir del 8 d'octubre de 2024
- H** Dimarts, de 17.15 h a 18.45 h
- L** L'Ateneu Gran
- Q** Curs de pagament (14 sessions)

BRICOLATGE EMOCIONAL: LA IMPORTÀNCIA DELS PROJECTES DE VIDA **NOU!**

Tenir projectes en la nostra vida, a qualsevol edat, ens dona l'impuls per avançar, ens aporta benestar, il·lusió i felicitat.

- M** Marta Cuní
- D** A partir del 7 de novembre de 2024
- H** Dijous, de 16 h a 17.30 h
- L** L'Ateneu Gran
- Q** Curs de pagament (4 sessions)

NOVES TECNOLOGIES

INFORMÀTICA. INICIACIÓ

Aprèn a fer servir l'ordinador i les funcionalitats bàsiques de tot el sistema operatiu. Introducció a les eines bàsiques del processador de text.

- M** Marina Gan, amb el suport d'Antonio Miravalls **(V)**
- D** A partir del 9 d'octubre de 2024
- H** Dimecres, de 16.45 h a 18.15 h
- L** L'Ateneu Gran
- Q** Curs de pagament (anual)

INFORMÀTICA. AVANÇAT

Aprofundeix i amplia els coneixements bàsics adquirits al taller Informàtica.

- M** Marina Gan, amb el suport d'Antonio Miravalls **(V)**
- D** A partir del 7 d'octubre de 2024
- H** Dilluns, de 10.45 h a 12.15 h
- L** El Lledoner
- Q** Curs de pagament (anual)

(V) Membre del Voluntariat del coneixement.

EL TEU TELÈFON INTELLIGENT O SMARTPHONE

Aprèn el funcionament i les aplicacions del teu mòbil amb sistema Android.

M Marina Gan, amb el suport de l'Antonio Miravalls (V)

D A partir del 7 d'octubre de 2024

H Dilluns, de 9.15 h a 10.45 h

L El Lledoner

H Dimarts, de 15.15 h a 16.45 h

H Dijous, de 16.45 h a 18.15 h

L L'Ateneu Gran

Q Curs de pagament (anual)

EL TEU TELÈFON INTELLIGENT O IPHONE

Aprèn el funcionament i les aplicacions del teu mòbil amb sistema Iphone.

M Marina Gan, amb el suport de l'Antonio Miravalls (V)

D A partir del 7 d'octubre de 2024

H Dilluns, de 16.45 h a 18.15 h

L L'Ateneu Gran

Q Curs de pagament (anual)

TIC A LA CARTA

Tria el temari que s'impartirà en aquest taller per perfeccionar els teus coneixements, com per exemple: instal·lar i desinstal·lar programes, consells per navegar i comprar amb seguretat, fer còpies de seguretat al núvol, passar fotos del telèfon a l'ordinador, entre altres.

M Marina Gan, amb el suport de l'Antonio Miravalls (V)

D A partir del 9 d'octubre de 2024

H Dimecres, de 15.15 h a 16.45 h

L L'Ateneu Gran

Q Curs de pagament (anual)

RETOC FOTOGRÀFIC

Aprèn els coneixements de retoc fotogràfic. Les classes s'imparteixen amb programari lliure.

M Marina Gan, amb el suport de l'Antonio Miravalls (V)

D A partir del 8 d'octubre de 2024

H Dimarts, de 16.45 h a 18.15 h

L L'Ateneu Gran

Q Curs de pagament (anual)

REPÀS RETOC FOTOGRÀFIC

Consolida els coneixements apresos durant la setmana. Només per a alumnes de retoc fotogràfic de l'Ateneu Gran.

M Antonio Miravalls (V)

D A partir de l'11 d'octubre de 2024

H Divendres, de 17.45 h a 19.15 h

L L'Ateneu Gran

Q Gratuïta (anual)

CONSTRUEIX EL TEU ÀLBUM DIGITAL

Fes el teu àlbum de fotografies. Calen coneixements previs d'informàtica.

M Eduardo Sánchez i Carmen Rueda (V)

D A partir del 9 d'octubre de 2024

H Dimecres, de 10 h a 11.30 h

L El Lledoner

Q Gratuïta (anual)

APLICACIONS DE GOOGLE

Aprèn a fer servir les aplicacions de Google: configurar el compte, fer cerques amb Maps, arxivar i redactar documents amb Drive, comprar al Play Store, organitzar fotos, fer agenda amb Calendar, fer relacions amb Hangout, etc.

M Marina Gan, amb el suport de l'Antonio Miravalls (V)

D A partir del 7 d'octubre de 2024

H Dilluns, de 15.15 h a 16.45 h

L L'Ateneu Gran

Q Curs de pagament (anual)

EDICIÓ DE VÍDEO **NOU!**

Aprèn a editar els teus vídeos des del teu ordinador i amb aplicacions gratuïtes des del teu telèfon.

M Marina Gan, amb el suport de l'Antonio Miravalls (V)

D A partir del 10 d'octubre de 2024

H Dijous, de 15.15 h a 16.45 h

L L'Ateneu Gran

Q Curs de pagament (anual)

I TU, PER QUÈ NO? APRÈN A NAVEGAR PER INTERNET

Ets una persona gran que mai has navegat per Internet i vols perdre-hi la por? Aquest és el teu espai!

M Antonio Miravalls, Rubén Ruiz, Jesús Luzón, Ignacio del Pozo, Glòria Bastida i Rafael Fuentes (V)

D A partir del 7 d'octubre de 2024

H Dilluns i dimecres, d'11.30 h a 13 h

Dilluns i dimecres, de 18.30 h a 20 h

L L'Ateneu Gran

Q Gratuïta (anual)

ACCÉS OBERT A L'AULA D'INFORMÀTICA PER A GENT GRAN

Pots accedir als equips informàtics de forma autònoma.

D A partir del 2 de setembre de 2024

H Servei anual amb cita prèvia. Consulta la programació del centre per conèixer les franges horàries disponibles.

L El Lledoner i L'Ateneu Gran

Q Gratuïta (anual)

(V) Membre del Voluntariat del coneixement.

ALTRES

ACTIVITATS INTERGENERACIONALS

Des del departament de Gent Gran es desenvolupen durant el curs diversos projectes intergeneracionals amb la col·laboració de diferents entitats i instituts de la ciutat. Les propostes són variades, des de la recuperació de la memòria històrica de Mollet, amb el blog Els nostres mestres, fins a projectes artístics, audiovisuals, mediambientals, etc.

Si hi vols col·laborar, participar o, fins i tot, proposar noves temàtiques i idees, aquest és el teu espai.

D A partir del 24 setembre de 2024

L L'Ateneu Gran, El Lledoner i l'Espai Sant Jordi

Q Gratuïta

PUNT D'INFORMACIÓ

I TROBADA DEL GRUP DE RÀDIO

LA NOSTRA GENT GRAN

Participa en l'espai per a la redacció del programa de ràdio: recerca d'informació, programació, entrevistes, reportatges, etc.

Horari d'emissió: dimecres, de 12.30 h a 13 h;
dissabtes, repetició del programa, d'11 a 11.30 h
(Ràdio Mollet, freqüència 96.3 FM, tel. 93 5440013).

D A partir del 25 de setembre de 2024

H Dimecres, de 10 h a 11.30 h

L Espai Sant Jordi

Q Gratuïta

Pàg. 7

Activitats
CURSOS i
TALLERS
2024/5



Ajuntament de
Mollet del Vallès