
Espai de persones grans Germanetes

Programació Tardor

De l'1 d'octubre al 18 de desembre

Preinscripcions (trobareu la informació ampliada en la infografia):

Al web: <https://inscripcions.gentgraneixample.cat>

del **dilluns 7 de setembre** a les 9.00 h al **dimecres 9 de setembre** a les 17.00 h.

Telefòniques: dijous **10 de setembre** de 10.00 a 13.00 h i de 16.30 a 18.00 h. Al telèfon: **935 663 319**.

Adjudicació de places i sorteig: Dimarts **15 de setembre** a les 10.00 h.

Places disponibles: dilluns **21 de setembre** de 16.30 a 18.30 h.

MOLT IMPORTANT!!

✖ **Recorda que faràs una preinscripció i que la plaça, s'adjudicarà per sorteig públic.**

Et pots preinscriure a un **màxim de 3 cursos** de l'Espai Germanetes i, si la preinscripció es fa per telèfon, et podràs preinscriure tu i una altra persona.

Els cursos marcats amb asterisc "*", són incompatibles amb altres cursos per similitud o per nivell.

En les activitats diferenciades per nivells, cal inscriure's en el nivell que millor s'adapti a cada persona.

Pots fer 2 preinscripcions a l'**activitat física de pagament**, però només podràs participar **en una activitat d'entre tots els Espais**.

Pots fer 2 preinscripcions a l'**activitat de memòria**, però només podràs participar **en una activitat d'entre tots els Espais**.

Pots participar dels cursos d'altres Espais. Consulta les seves dates de preinscripció i les seves particularitats.

Els cursos poden ser modificats per motius d'aula, horari o necessitats de l'Espai Germanetes.

✖ Recorda que es poden fer un màxim de **TRES FALTES D'ASSISTÈNCIA**, la quarta és baixa automàtica.

ACTIVITAT FÍSICA DE PAGAMENT

La participació en l'activitat física és per als 2 dies de la setmana.

✖ En el cas dels cursos d'activitat física, es poden fer un **màxim de CINC FALTES**, la sisena serà causa de baixa automàtica.

✖ És **obligatori** fer l'activitat física amb **roba i calçat esportiu**.

Data de pagament: dimarts 22 de setembre de 16.30 a 19.15 hores.

Preu per trimestre són 33,80 €

En cas de disposar de **Targeta Rosa**: Reduïda 18,40 € | Gratuïta 11 €. Persones **NO** usuàries 65,60 €

El pagament de l'activitat només s'efectuarà en el dia indicat i amb targeta bancària.

Si tens targeta rosa, cal que la portis per poder aplicar el descompte.

ESPAI GERMANETES

ACTIVITATS CREATIVES I ARTÍSTIQUES

	Codi	Nom del taller	Dia	Horari	Professorat	Data inici
M	CGE00136	*ARRANJAMENTS DE ROBA	dimecres	17.45-19.15	MARGARITA ADAM	07/10/2026
M	CGE00110	*ARREGLOS DE COSTURA	dilluns	11.15-12.45	DOLORES GOMEZ	19/10/2026
M	CGE00142	AUTOMAQUILLATGE BÀSIC	dimecres	10.30-12.00	CONCHITA JIMENEZ	07/10/2026
	CGE00141	DIBUIX AL NATURAL, INICI	divendres	11.30-13.00	MONTSE ROJO	23/10/2026
M	CGE00135	TALLER DE BOSSES I COMPLEMENTS	dilluns	17.45-19.15	MERCE PROUS	05/10/2026
M	CGE00109	TALLER DE MITJA	dilluns	09.30-11.00	M. LUZ PEREZ	05/10/2026

BALLS I MÚSICA

POTS PARTICIPAR A DUES ACTIVITATS D'AQUEST GRUP

	Codi	Nom del taller	Dia	Horari	Professorat	Data inici
C	CGE00160	*BALL EN LINEA MIG (DJ)	dijous	11.30-12.30	NURIA BERTI	08/10/2026
C	CGE00161	*BALL EN LINEA MIG (DV)	divendres	11.30-12.30	NURIA BERTI	09/10/2026
C	CGE00114	*BALL EN LÍNIA AVANÇAT	divendres	18.00-19.00	M. CARMEN ZAMORA	02/10/2026
	CGE00115	*BALL EN LINIA INICI	dilluns	18.00-19.00	ANA CASTILLA	05/10/2026
	CGE00113	*LINE DANCE COUNTRY	dimarts	12.00-13.00	M. CARMEN ZAMORA	06/10/2026

CONEIXEMENTS

	Codi	Nom del taller	Dia	Horari	Professorat	Data inici
	CGE00112	*HISTÒRIA DE LA POESIA CATALANA	dimecres	10.15-11.15	JOAN CONSTANS	07/10/2026
	CGE00151	CLUB DE LECTURA (MENSUAL)	dilluns	17.45-19.15	ROSA DE SANTIAGO	19/10/2026
	CGE00148	COM ESCOLTEM LA MÚSICA?	divendres	11.00-12.00	ORIOL COMELLES	02/10/2026
	CGE00147	GRUP DE CONVERSA: MIRADES DIFERENTS (QUINZENAL)	dijous	18.00-19.15	MARGARIDA PARES	15/10/2026
	CGE00123	HIST. DEL PENSAMENT HUMÀ. DE INTUÏCIÓ A LA CIÈNCIA	dimecres	16.45-18.15	LUIS DE LA FUENTE	07/10/2026
M	CGE00146	INICIACIÓ A LA MÀGIA (6 SESSIONS)	dijous	18.00-19.15	TONI ROJO	01/10/2026
	CGE00137	INICIACIÓ A L'ESCRITURA CREATIVA (QUINZENAL)	dimecres	11.30-13.00	LOLA CASTILLO	21/10/2026
	CGE00144	LA VIDA A LA TERRA (QUINZENAL)	dimarts	11.00-12.30	MIQUEL AGUILO	13/10/2026
	CGE00138	LLEGIR PER ESCRIURE	dimarts	09.30-11.00	ESTHER FIGUERA	06/10/2026
	CGE00145	LLEGIR PER ESTIMAR LA LECTURA (QUINZENAL)	dimarts	12.00-13.15	ROSALI JIMENEZ	06/10/2026
	CGE00143	L'UNIVERS I LA TERRA (QUINZENAL)	dimarts	11.00-12.30	MIQUEL AGUILO	06/10/2026

IDIOMES

	Codi	Nom del taller	Dia	Horari	Professorat	Data inici
	CGE00140	*ANGLÈS A1/A2	dijous	16.45-17.45	ANGELS ALEGRE	01/10/2026
C	CGE00139	*CONVERSATION IN ENGLISH AND MORE - MI	divendres	17.00-18.00	MARIA DEL CARMEN VAZQUEZ	02/10/2026
	CGE00156	ANGLÈS DE VIATGE	dijous	11.15-12.45	ADOLF MUÑOZ	15/10/2026
	CGE00154	COMENCEM A PARLAR CATALÀ	dijous	11.00-12.00	MONTSERRAT GISBERT	01/10/2026
	CGE00116	CURS DE CATALÀ-PRIMER NIVELL	dilluns	16.30-18.00	ELISA VILARET	05/10/2026

M Requereix material | **P** Requereix prova d'accés | **C** Requereix coneixements prèvis

C	CGE00118	FRANCES MIG: LECTURA I TRADUCCIO	dimecres	10.45-12.00	ROSER NOGUERAS	07/10/2026
	CGE00150	ITALIANO INIZIALE	dimarts	10.45-11.45	ROSER GIL	06/10/2026
C	CGE00117	MEMÒRIA A TRAVES DE CANÇONS EN FRANCE	dimarts	11.00-12.00	REINE SYLVIANE DAHAN	06/10/2026

INFORMÀTICA I NOVES TECNOLOGIES

	Codi	Nom del taller	Dia	Horari	Professorat	Data inici
	CGE00153	*CONEIXEMENTS BÀSICS DEL MÒBIL_NOVEMBRE	dimarts	18.00-19.00	LINA NOGUER	10/11/2026
	CGE00152	*CONEIXEMENTS BÀSICS DEL MÒBIL_OCTUBR	dimarts	18.00-19.00	LINA NOGUER	06/10/2026
	CGE00162	*FAMILIARITZAR-SE AMB LA TAULETA I EL FUNCIONAMENT	dijous	09.30-11.00	PONREC FORMACIO	01/10/2026
	CGE00163	*ÚS DE LES EINES DIGITALS A VIDA QUOTIDIANA	dijous	11.15-12.45	PONREC FORMACIO	01/10/2026
	CGE00119	DE L'ORDINADOR A LA XARXA WEB	dilluns	12.00-13.00	ISABEL PORTA	05/10/2026

JOCS

	Codi	Nom del taller	Dia	Horari	Professorat	Data inici
	CGE00107	*ESCACS INICI	dimarts	16.45-18.15	MANUEL SAEZ	06/10/2026
	CGE00108	*TALLER DE RUMMIKUB	dijous	16.30-18.00	JOSEP ORTI PERE PERIAGO	01/10/2026
	CGE00105	*TALLER DE RUMMIKUB-INICIACIÓ	dimecres	11.30-13.00	PERE PERIAGO	07/10/2026
	CGE00106	INICIACIÓ AL JOC DE CANASTRA	dijous	11.15-12.45	MERCE NOGUERA	01/10/2026
	CGE00149	TALLER DE JOCS DE TAULA	dilluns	12.00-13.00	CREU ROJA FORMACIO	05/10/2026

MEMÒRIA

POTS FER UNA ACTIVITAT DE MEMÒRIA D'UN ÚNIC ESPAI

	Codi	Nom del taller	Dia	Horari	Professorat	Data inici
	CGE00120	*GIMNÀSTICA MENTAL	dimarts	09.30-10.45	EMPAR RUBIO SUSANA LOHSE	06/10/2026
	CGE00121	*TALLER DE LA MEMÒRIA-DIMARTS	dimarts	18.00-19.15	M. CARME DIAZ	06/10/2026
	CGE00122	*TALLER DE LA MEMÒRIA-DIMECRES	dimecres	12.00-13.15	M. CARME DIAZ	07/10/2026

SALUT I BENESTAR

	Codi	Nom del taller	Dia	Horari	Professorat	Data inici
	CGE00158	A LA TARDOR, MOVIMENT I COORDINACIÓ!	dimarts	17.00-18.00	MILOS GONZALEZ	06/10/2026
	CGE00155	GRUP DE DONES (CONVERSA I SUPORT)	divendres	09.30-11.15	PROJECTE AWKA	02/10/2026
	CGE00159	INICIACIÓ A PNL, PER LA VIDA QUOTIDIANA	dijous	09.30-11.00	PILAR CASES	01/10/2026

ACTIVITATS FÍSQUES (ACTIVITATS DE PAGAMENT)

POTS FER UNA ACTIVITAT FÍSICA DE PAGAMENT D'UN ÚNIC ESPAI

	Codi	Nom del taller	Dia	Horari	Professorat	Data inici
M	CGE00129	*ACTIVA'T AMB RITME - MIG	dimarts dijous	17.45-18.45	ADRIA SARQUELLA	01/10/2026
M	CGE00131	*ACTIVA'T AMB RITME - SUAU	dimarts dijous	16.45-17.45	ADRIA SARQUELLA	01/10/2026
M	CGE00125	*CIRCUIT FITNESS - INTENS	dimarts dijous	10.20-11.20	OLGA GARCIA	01/10/2026
M	CGE00127	*CIRCUIT FITNESS - MIG	dimarts dijous	12.20-13.20	OLGA GARCIA	01/10/2026
M	CGE00126	*ENTRENAMENT DE FORÇA - INTENS	dimarts dijous	09.20-10.20	OLGA GARCIA	01/10/2026
M	CGE00134	*ENTRENAMENT DE FORÇA - MIG	dimarts dijous	11.20-12.20	OLGA GARCIA	01/10/2026
M	CGE00132	*IOGA-BALANCE - MIG	dilluns dimecres	11.20-12.20	MONTSERRAT BORDES	05/10/2026
M	CGE00128	*PILATES - MIG	dilluns dimecres	09.20-10.20	MONTSERRAT BORDES	05/10/2026
M	CGE00133	*TAI-TXÍ - MIG	dilluns dimecres	12.20-13.20	MONTSERRAT BORDES	05/10/2026
M	CGE00130	*TXI KUNG MIG	dilluns dimecres	10.20-11.20	MONTSERRAT BORDES	05/10/2026