

PROGRAMA D'ACTIVITATS  
2008-2009  
de gener a  
març de 2009.



# CURSOS i TALLERS d'ODENA

## 2<sup>on</sup> TRIMESTRE



[ PROGRAMA D'ACTIVITATS 2on TRIMESTRE ]

De gener a març de 2009.

S'aturarà l'activitat del 22 de desembre de 2008 al 6 de gener de 2009, per les festes de Nadal.

[ PAGAMENT ]

El pagament serà per avançat. És a dir, s'ha d'haver fet abans d'iniciar l'activitat, en cas contrari, no s'hi podrà accedir.

Modalitats de pagament:

En el cas de les activitats de pagament que duren tot el curs, el pagament es farà per trimestres. En la fitxa d'inscripció podrà marcar si desitja fer el pagament del curs sencer i gaudir d'un 5% de descompte.

[ INICI DE LES ACTIVITATS ]

El 7 de gener s'inicien les activitats noves i les de curta durada o continuen les que segueixen fins al juny de 2009.

Cada activitat s'iniciarà segons el calendari especificat a la fitxa corresponent.

En el cas que en una activitat no hi hagi el mínim de persones inscrites i no es pugui realitzar, es podrà optar per una altra activitat, si queden places lliures.

Com a norma, totes les activitats previstes s'iniciaran el dia previst. Només s'avisarà personalment en cas de suspensió de l'activitat.

[ FUNCIONAMENT D'ALTES I BAIXES FORA DEL PERÍODE D'INSCRIPCIÓ ]

Altes: La incorporació a una activitat fora del termini d'inici de cada trimestre, en el cas que sigui possible, no comporta cap reducció en el preu corresponent. La possibilitat d'incorporació fora de termini, s'haurà de consultar, ja que depèn de les característiques de cada activitat i de la disponibilitat de places.

Baixes: Es comunicaran per escrit a l'Ajuntament. No es considerarà com a baixa si no hi ha aquest comunicat per escrit. Els efectes de la baixa repercuteixen en l'alliberament d'una plaça, la reducció del nombre de participants i el no pagament del període següent dins del curs lectiu.

L'abandonament de l'activitat un cop iniciada, no dona dret a la devolució de cap import.



[ FULL D'INSCRIPCIÓ ]

TALLERS I ACTIVITATS 2008 - 2009

NOM I COGNOMS \_\_\_\_\_

ADREÇA \_\_\_\_\_

POBLACIÓ \_\_\_\_\_

TELÈFON \_\_\_\_\_ DATA NAIXEMENT \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

E-MAIL \_\_\_\_\_ NIF \_\_\_\_\_

| ACTIVITAT/S<br>A LA QUAL<br>S'APUNTEN: | CURSOS ANUALS            |                          |                          |                          | CURSOS TRIMESTRALES      |                          |                          |                          |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
|  | 1                        | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 1                        | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2                                      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 2                        | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3                                      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 3                        | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

FORMA DE  
PAGAMENT

- PAGAMENT ANUAL (-5% DTE)
- PAGAMENT TRIMESTRAL / MENSUAL

DADES COMPTE BANCARI \_\_\_\_\_ NIF DEL TITULAR \_\_\_\_\_

TITULAR DEL COMPTE \_\_\_\_\_



(es domiciliarà en aquest compte el càrrec de les activitats, ja siguin anuals o trimestrals) aquest càrrec es presentarà quan ja s'hagi confirmat la realització de l'activitat.

Les dades personals que inclogui en aquest formulari o faciliti a l'Ajuntament d'Òdena estan protegides per la L.O.P.D. i no seràn utilitzades més enllà de l'objectiu descrit. Pot exercitar el seu dret a accés, rectificació i cancel·lació previstos per la llei, adreçant-se a les oficines de l'Ajuntament d'Òdena.



# [ ACTIVITATS PER A LA GENT GRAN ]

ref028

[ TALLER DE MEMÒRIA ]

Queden 5 places lliures.

Dies: dimecres

Horari: de 17:30h. a 19:00h.

A càrrec de: Rosa Arbós

Mínim d'inscripció: 5

Lloc: CASAL D'AVIS D'ÒDNA.

C/ Jaume I, s/n - Òdena

Pagament trimestral 20€  
Pagament anual 40€

ref029

[ GIMNÀSTICA PER A GENT GRAN ]

Dies: dilluns i dimecres

Horari: de 9:30h. a 10:30h.

Mínim d'inscripció: 8

Lloc: CASAL D'AVIS D'ÒDNA

C/ Jaume I, s/n - Òdena

P. trimestral 20€  
P. anual 40€

ref030

[ FISIOTERÀPIA ]

Queden 6 places lliures.

Dies: dijous

Horari: de 10:30h. a 11:30h.

A càrrec de: Fisioteràpia Anòia

Lloc: CASAL D'AVIS D'ÒDNA

C/ Jaume I, s/n - Òdena

Pagament trimestral 30€  
Pagament anual 60€

ref031

[ MEMÒRIA CONTINUACIÓ ]

Queden 6 places lliures.

Dies: dijous

Horari: de 18:30h. a 19:30h.

A càrrec de: Rosa Arbós

Lloc: CASAL D'AVIS DEL B. ST. PERE I PLA DE

LA MASIA · C/ Unió, 2 - Òdena

Pagament trimestral 20€  
Pagament anual 40€

ref033

[ TAICHÍ ]

Queden places lliures.

Dies: dilluns i dimecres

Horari: de 9:30h. a 10:30h.

A càrrec de: Rafi López

Lloc: CENTRE CÍVIC DEL PLA D'ÒDNA

C/ Unió, 2 - Òdena

Pagament trimestral 20€  
Pagament anual 40€

ref035

[ PUNTES DE COIXÍ ]

Dies: divendres 2 hores

Horari: a concretar.

A càrrec de: Anna Marc

Lloc: LOCAL DEL CASAL D'AVIS AL CENTRE

CÍVIC DEL PLA D'ÒDNA · C/Unió, 2 - Òdena

Pagament trimestral 20€  
Pagament anual 40€

ref036

[ COM FUNCIONA EL TELÈFON MÒBIL? ]

Curs per aprendre com funciona el mòbil i conèixer totes les utilitats que ens ofereix.

Dies: dimarts 27 de gener de 2009

Horari: de 16:00 a 19:00h.

A càrrec de: Imma Senserrich, Creu Roja

Lloc: CASAL D'AVIS D'ÒDNA

C/ Jaume I, s/n - Òdena

Curs GRATUÏT

# [ TALLERS SEGON TRIMESTRE ]



ref027

## [ TALLER D'INFORMATICA PER ADULTS ]

Els telecentres són espais per a la formació, l'aprenentatge i el servei d'internet i ofimàtica a la població en general, però, especialment es destinen a la població amb més dificultats d'accés a les noves tecnologies, per desconeixement o per manca d'oportunitats.

Dies: dilluns i els dimecres

Horaris i llocs: 15:00h. – 17:00h. Espelt. Aula multiús de l'antiga escola. Carretera de l'Espel, s/n.

17:00h. – 19:00h. Òdena. Dins l'Espai Cultural i Recreatiu. Av Manresa, 103.

19:00h. – 21:00h. Pla de la Masia – Barri St. Pere. A la sala de juntes del Centre Cívic. Carrer Unió, 2.

Aquest és el segon trimestre de la formació que ja es va iniciar al setembre.

Les places estan cobertes, però si hi ha persones interessades, s'obrirà una llista d'espera per si es donés el cas d'alguna baixa.

El trimestre d'abril a juny, s'iniciarà un nou format de formació, que ja s'anunciarà en el programa d'activitats corresponent.

El servei que es donarà serà de pagament i es basarà en el coneixement de diferents aplicacions informàtiques d'us habitual.

Les persones interessades poden fer una preinscripció per a aquest darrer trimestre del curs, abril – juny de 2009.

Formació gratuïta, però cal fer inscripció.

ref 2-001-1

## [ BALLS LLATINS, ROCK&ROLL I ALTRES ]

Bachata, salsa, Cha-cha-cha, bolero, rumba, pas doble i també rock&roll i altres ...

Dies: divendres. 9,16,23,30 de gener i 6,13, 20 i 27 de febrer.

Horari: de 18:30h. a 20:00h.

A càrrec de: Josep M Venteo

Mínim d'inscripció: 10 parelles

Lloc: CENTRE CÍVIC DEL PLA D'ÒDENAC/  
Unió, 2 - Òdena

Preu curs 35€

ref 2-001-2

## [ BALLS LLATINS, ROCK&ROLL I ALTRES ]

Bachata, salsa, Cha-cha-cha, bolero, rumba, pas doble i també rock&roll i altres ...

Dies: dissabtes. 10,17,24,31 de gener i 7,14, 21 i 28 de febrer.

Horari: de 18:30h. a 20:00h.

A càrrec de: Josep M Venteo

Mínim d'inscripció: 10 parelles

Lloc: TEATRE CENTRE UNIÓ AGRÍCOLA  
C/ Av. Manresa, 103 - Òdena

Preu curs 35€

ref 2-002

## [ MASSATGE RELAXANT ]

Segon nivell. Es treballa teoria i pràctica. Preparació d'olis essencials per fer els massatges. Es treballen totes les parts del cos.

Dies: dilluns

Horari: de 20:30h. a 22:00h.

12, 19, 26 de gener; 2, 9, 16, 23 de febrer i 2 de març

A càrrec de: Lluís Castelltort

Mínim d'inscripció: 6

Lloc: ESPAI CULTURAL I RECREATIVU.  
Av. Manresa, 103 – Òdena

Preu curs 35€



# [ TALLERS SEGON TRIMESTRE ]

Ref 2-003

## [ FEM UN CURTMETRATGE? ]

Tot el procés des de la idea inicial, el guió, la filmació, el muntatge. S'acabarà amb la projecció en públic dels curtmetratges realitzats.

Dies: dissabtes

Horari: de 17:00h. A 19:00h.

17, 24, 31 de gener, 7, 14, 21, 28 de febrer i 7, 14, 21 de març.

A càrrec de: Jordi Comellas

Mínim d'inscripció: 10

Lloc: ESPAI CULTURAL I RECREATIU.

Av. Manresa, 103 - Òdena

Preu curs 70€

Ref 2-004

## [ TALLER DE TAST DE VINS NEGRES ]

Dies: dimecres

Horari: de 20:30h. A 22:00h.

28 de gener; 4, 11, 18, 25 de febrer i 4, 11 i 18 de març

A càrrec de: Pep Escudero

Mínim d'inscripció: 12

Lloc: ESPAI CULTURAL I RECREATIU.

Av. Manresa, 103 - Òdena

\*Preu per persona: 40€ + 30€ dels vins + 6 € de les copes (si ja teniu les copes, s'ha de dir en el moment de la inscripció).

Preu curs 40€ + 30€ + 6€\*

Ref 2-005

## [ TALLER DE DANSES FOLK ]

Dances de Catalunya, València, Mallorca, País Basc, Castella, Occitània, Portugal, Grècia, Rússia etc...

Dia: dissabte 21 de febrer

Horari: de 17:30h. a 20:30h. Farem una aturada de 15 minuts de descans. Podeu dur coques i misteles de casa per berenar.

A càrrec de: Pere Regordosa

Mínim d'inscripció: 6

Lloc: TEATRE CENTRE UNIÓ AGRÍCOLA

Av. Manresa, 103 - Òdena

Taller GRATUÏT

Ref 2-006

## [ FENG SHUI ]

Vols saber com t'influeixen las estades de la teva casa i com millorar-les? I harmonitzar les energies que ens envolten per aprofitar-les en el nostre entorn? Doncs, hauries de venir a les classes de Feng Shui.

Dia: dimarts 13, 20, 27 de gener i 3,10,17,24 de febrer i 3 de març.

Horari: de 18'45 a 19'45

A càrrec de: Núria Alvarez

Mínim d'inscripció: 6

Lloc: Espai Cultural i Recreatiu

Av. Manresa, 103 - Òdena

Preu per persona 30€

Ref 2-007

## [ DONA, ET CUIDES PROU? ]

Identificar la construcció social de la nostra afectivitat. Trencar amb els estereotips vinculats al rol tradicional de dona. Ajudar a les participants a desenvolupar un pla personalitzat de comunicació intrapersonal. Millorar l'autoestima i l'autoafirmació.

Dia: Els divendres 20 i 27 de febrer i 6 de març

Horari: matins de 10:00 a 11:30h.

A càrrec de: Dones Amb Empenta

Mínim d'inscripció: 6

Lloc: Espai Cultural i Recreatiu

Av. Manresa, 103 - Òdena

Taller GRATUÏT

Ref 2-008

## [ PATITROBADA DE JOCS DE TAULA ]

Veni a jugar! Grans, petits, solters, casats, avis, nets, pares, mares i fills, tots descobrireu un univers quasi infinit de diversió inesgotable.

Dia: Dissabte 17 de gener

Horari: de 10:00h. a 14:00h i de 16:00h. a 20:00h.

A càrrec de: Associació Cultural El Pati

Lloc: Espai Cultural i Recreatiu

Av. Manresa, 103 - Òdena

Taller GRATUÏT

# [ XERRADES SEGON TRIMESTRE ]

Les xerrades dels divendres.  
Obertes a tothom i d'accés gratuït.

Gratuït

## [ NÉTS I AVIS ]

Sabem fer d'avis? Hi ha realment tanta distància entre generacions?  
Alguns consells sobre el paper d'avis i àvies avui dia.

Dia: 9 de gener.  
Hora: 20:00h.  
A càrrec de: Rosa Arbós, pedagoga.  
Lloc: ESPAI CULTURAL I RECREATIVU.  
Av. Manresa, 103 - Òdena

Gratuït

## [ PERQUÈ ENS VESTIM COM ENS VESTIM? ]

Des del disseny a la botiga. Com ha anat canviant aquesta acció tant quotidiana de vestir-se.

Dia: 16 de gener  
Hora: 20:00h.  
A càrrec de: Ramona Vila, modista.  
Lloc: ESPAI CULTURAL I RECREATIVU.  
Av. Manresa, 103 - Òdena

Gratuït

## [ COM FUNCIONA UNA HIPOTECA? ]

Tot allò que ens cal saber sobre els tractes amb les entitats bancàries.

Dia: 30 de gener  
Hora: 20:00h.  
A càrrec de: Josep Escriu, empleat de banca.  
Lloc: ESPAI CULTURAL I RECREATIVU.  
Av. Manresa, 103 - Òdena

Gratuït

## [ DRETS I OBLIGACIONS ]

Coneixem les lleis i com ens afecten?

Dia: 6 de febrer  
Hora: 20:00h.  
A càrrec de: M. Àngels Mensa  
Lloc: ESPAI CULTURAL I RECREATIVU.  
Av. Manresa, 103 - Òdena

Gratuït

## [ EL MÓN DE LA BICICLETA ]

Em vull comprar una bicicleta però no tinc clar quin model. Ja tinc la bicicleta però ara voldria saber per on anar. Em caldrà saber orientar-me, cercar recorreguts. Unes nocions de mecànica de la bicicleta també m'anirien bé. També em caldria conèixer quin és el vestuari més indicat, complements.

Precaucions, alimentació. Hi ha assegurances per a ciclistes?. S'ha de legalitzar la bicicleta? La bicicleta com a alternativa al cotxe.

Dia: 13 de febrer  
Hora: 20:00h.  
A càrrec de: Membres de l'Esport Ciclista d'Òdena  
Lloc: ESPAI CULTURAL I RECREATIVU.  
Av. Manresa, 103 - Òdena

Gratuït

## [ TENIM UN GOS. QUÈ ENS CAL SABER PER TENIR-NE CURA? ]

Races, alimentació, exercici, aspectes legals, característiques, comportaments del gos.

Dia: 20 de febrer.  
Hora: 20:00h.  
A càrrec de: CLUB AMICS DEL GOS  
Lloc: ESPAI CULTURAL I RECREATIVU.  
Av. Manresa, 103 - Òdena



# [ XERRADES SEGON TRIMESTRE ]

Gratuït

[ TAULA RODONA:  
DIA INTERNACIONAL DE LES DONES ]  
Aproximació a la realitat de la dona a Òdena

Dia: 6 de març

Hora: 20:00h.

A càrrec de: Gemma Cubí, orientadora laboral, Meritxell López, tècnica de Joventut, Yolanda Fernandez, assistent social. Sònia Mateos, agent d'igualtat de gènere.

Moderarà: Anna M Garcia, Regidora d'Igualtat i Ciutadania.

Lloc: ESPAI CULTURAL I RECREATIU.

Av. Manresa, 103 - Òdena

Acte obert a tothom.

Gratuït

[ CONEIXEM LA NOSTRA POLICIA LOCAL? ]

Quines funcions exerceix? Com és el dia a dia de la policia local en un poble com Òdena?

Dia: 13 de març

Hora: 20:00h.

A càrrec de: Carlos Delgado, policia local d'Òdena

Lloc: ESPAI CULTURAL I RECREATIU.

Av. Manresa, 103 - Òdena

Gratuït

[ ANEM DE VIATGE? ]

Què ens cal saber per anar de viatge?

Dia: 20 de març

Hora: 20:00h.

A càrrec de: Anna Muñoz i Natàlia Isant. (Viatjes El Corte Inglés)

Lloc: ESPAI CULTURAL I RECREATIU.

Av. Manresa, 103 - Òdena

# [ ACTIVITATS FÍSiques ]

Pagament trimestral 45€  
Pagament anual (resta del curs) 85€

ref003-1

[ BOLLIWOOD ]

Dies: dijous

Horari: de 10'30h. A 12:00h.

A càrrec de: Sílvia Carrera

Mínim d'inscripció: 10

Lloc: ESPAI CULTURAL I RECREATIU

Av. Manresa, 103 - Òdena



## [ INSCRIPCIONS ]

Procediment d'inscripció:

La inscripció tindrà lloc des del 10 fins al 19 de desembre de 2008:

Per telèfon, al número 93 801 74 34 Ajuntament d'Òdena. Donant totes les dades de la fitxa adjunta.

Per e-mail a l'adreça [odena@odena.cat](mailto:odena@odena.cat) enviant totes les dades de la fitxa adjunta al revers.

Presencialment portant la fitxa omplerta amb totes les dades a l'Ajuntament d'Òdena. Plaça Major, 2.

Les dades personals que inclogui en aquest formulari o faciliti a l'Ajuntament d'Òdena, estan protegides per la LOPD i no seran utilitzades més enllà de l'objectiu descrit. Pot exercitar el seu dret a accés, rectificació i cancel·lació previstos per la llei, adreçant-se a les oficines de l'Ajuntament d'Òdena.

Per a inscriure a infants només ho podrà fer el pare, mare o tutor/a corresponent.

amb el suport de :

