

# ACTIVITATS DEL CONSELL SÈNIOR – CURS 2018-2019

Més informació per correu electrònic

Inscripcions: Dilluns i Dimecres d'11 a 12 h

*Necessitem nous col·laboradors – Ajuda'ns i ajuda't*

## **CREIXEM TOTS EN COMUNITAT**

### **AL CENTRE CÍVIC**

#### **RELAXACIÓ - IOGA (P)**

Cada dilluns i dimecres, de 9,45 a 10,45 h.

#### **BALLS EN LÍNIA INICIAL (M)**

Cada dijous de 11,30 a 12,30 h.

#### **BALLS EN LÍNIA (P)**

Cada dimecres 1er. de 17,30 a 18,30 h.

Cada dijous 2on. de 17 a 18 h.

#### **COUNTRY (M)**

Cada dimarts de 9,30 a 10,30 h.

#### **ESTIRAMENTS (PR)**

Cada dimarts de 10,40 a 11,40 h.

#### **CATALÀ COMUNICACIÓ (G)**

Cada dimecres de 17 a 18,30 h.

#### **ANGLES COMUNICACIÓ (P)**

Cada dimarts d'11 a 12,30 h..

#### **ANGLES TERTÚLIA (M)**

Cada divendres de 10 a 11 h.

#### **QI GONG (Xi Kung) (M)**

Cada divendres de 11,30 a 12,30 h.

#### **VIURE VITALMENT (M) (Pendent)**

Cada dilluns de 10 a 11 h.

#### **CLUB DE LECTURA (G)**

Cada dijous de 17 a 18,30 h.

#### **HISTÒRIA DE L'ART (M)**

Cada dilluns i dijous de 18,30 a 20 h.

#### **HISTÒRIA DE CATALUNYA (M) (Pendent)**

Cada dilluns 17 a 18 h.

#### **TERTÚLIA D'ACTUALITAT (G)**

Cada dimecres de 17 a 18,30 h.

#### **TALLER DE MEMÒRIA (G)**

Cada divendres de 11 a 12,30 h.

#### **SMARTPHONES (M)**

Dilluns i Dimecres de 17 a 18 h.

#### **INFORMÀTICA (M)**

Dilluns i dimecres de 18 a 19 h.

#### **TERTÚLIA CIUTADANA (G) (Pendent)**

Dimarts de 17 a 19 h.

#### **CINE FÒRUM (G) (Pendent)**

Dijous de 17 a 19 h.

### **DIES DE LA SETMANA**

#### **DILLUNS**

Relaxació - loga de 9,45 a 10,45 h.

Viure vitalment de 10 a 11 h. (Pendent)

Smartphone de 17 a 18 h

Informàtica de 17 a 18,30 h.

Història de l'Art de 18,30 a 20 h.

#### **DIMARTS**

Country de 9,30 a 10,30 h.

Estiraments de 10,40 a 11,40 h.

Angles comunicació d'11 a 12,30 h.

Història de Catalunya de 17 a 18 h. (Pendent)

Tertúlia ciutadana de 17 a 19 h. (Pendent)

#### **DIMECRES**

Relaxació - loga de 9,45 a 10,45 h.

Smartphone de 17 a 18 h

Informàtica 18 a 19 h.

Balls en Línia 1er. de 17,30 a 18,30 h.

Català comunicació de 17 a 18,30 h.

Tertúlia d'actualitat de 17 a 18,30 h.

#### **DIJOUS**

Balls en Línia Inicial d'11,30 a 12,30 h.

Balls en Línia 2on. de 17 a 18 h.

Club de lectura de 17 a 18,30 h.

Història de l'Art de 18,30 a 20 h.

Cine Fòrum de 17 a 19 h. (Pendent)

#### **DIVENDRES**

Angles tertúlia de 10 a 11 h.

Qi Gong de 11,30 a 12,30 h.

Taller de Memòria de 11 a 12,30 h.

### **FORA DEL CENTRE CÍVIC**

#### **SORTIDA AL TEATRE**

*Cal comprar el tiquet al Centre Cívic*

*Pot variar el dia . Detalls en el butlletí del mes*

#### **EXCURSIÓ CULTURAL**

*Cal comprar el tiquet al Centre Cívic*

*Normalment un dimecres a determinar*

#### **CRIDES**

Smartphones, Informàtica, Màrqueting,

Historia de Catalunya, Temes socials.

## **ENTRA AMB ELS SÈNIORS AL SEGLE XXI**

Tel 93 754 84 47 - [www.euroseniorpremia.net](http://www.euroseniorpremia.net) - [cspremia@eurosenior.es](mailto:cspremia@eurosenior.es)

*Estem oberts a qualsevol proposta de noves activitats*



**CONSELL SÈNIOR DE PREMIÀ**

*Eurosenior Center - La casa de tots*

**Segueix al darrera**



Ajuntament de  
Premià de Mar

# **GESTIÓ ECONÒMICA DEL CONSELL SÈNIOR DE PREMIÀ**

## ***Quotes d'afiliats***

El Consell Sènior no cobra cap tipus de quotes als seus afiliats. Només es cobren 5€, una sola vegada, per a l'edició dels diferents carnets, en funció de l'edat.

## ***Carnet Gran***

El Consell Sènior facilita als seus afiliats, majors de 60 anys, el CARNET GRAN, amb el que és possible aconseguir descomptes, del 5 al 25%, en més de 200 establiments de Premià de Mar.

## ***Despeses de manteniment***

Per cobrir les despeses de manteniment, de tot tipus, incloent-hi les fiscals i tributàries, el Consell Sènior es veu obligat a cobrar algunes de les seves activitats, amb uns preus mòdics.

## ***Tipus d'activitats***

**G- Gratuïta:** No es pagarà res.

**M-Matricula:** Es pagaran 10€ de matrícula en l'inici de cada curs, renovable curs a curs. Pagament amb dates bancàries.

**P-Pagament:** Es pagaran 10€ de matrícula en l'inici de cada curs, una sola vegada, amb una validesa per a cursos consecutius.

Rebuts de 30€ de pagament trimestral els mesos de gener, abril i octubre. Pagament amb dates bancàries

**PR-Pagament reduït:** Es pagaran 10€ de matrícula en l'inici de cada curs, una sola vegada, amb una validesa per a cursos consecutius.

Rebuts de 15€ de pagament trimestral els mesos de gener, abril i octubre. Pagament amb dates bancàries

## **LIBERACTUACIÓ\***

Passar-ho be amb molt de sentit de l'humor i creativitat realitzant lliurement activitats sense afany de lucre per aconseguir l'autorealització personal en un entorn individualista comunitari per ser més amb el altres.

***\*Nou concepte sènior que pretén substituir els del voluntariat i el treball***

## **LIBERACTUANTS (VOLUNTARIS)**

Persones que dediquen 1 hora o més, cada setmana o 4 hores o més, cada mes, del seu temps lliure a realitzar accions al servei del Consell Sènior, sense cap tipus de remuneració econòmica.

## **MOVIMENT SÈNIOR**

Una societat per a totes les edats, centrada en les persones i no en els diners