

7è CICLE DE XERRADES "ENVELLIMENT ACTIU I DE QUALITAT"

13 d'octubre de 2016

Cinefòrum. En motiu del Dia Internacional de l'Alzheimer. Pel·lícula: "Quédate conmigo" (2012)

Horari: 19.00 h

Lloc: Llar dels Jubilats (c/ Sant Jaume, 2).

Sinopsi: La Irene està malalta i el seu marit Craig decideix construir-li una nova casa adaptada on viure els seus últims dies, però les lleis han canviat. **102 min**

17 de novembre de 2016 i 30 de març de 2017

"Cuinem sa, mengem salut". Consells i taller.

Horari: de 19.00 h a 20.00 h

Lloc: Aula Formació d'Adults (Escoles Velles)

A càrrec de l'equip sanitari i de cuina de la

Residència L'Onada de Riudoms

Consells per a una bona alimentació quan ens fem grans i taller pràctic de com elaborar àpats saludables.

Inscripcions

El període d'inscripcions comença el 19 de setembre i finalitzarà 3 dies abans de l'inici de cada curs, o fins que les places quedin exhaurides.

Les inscripcions es formalitzen a les oficines de l'Ajuntament de Riudoms, de dilluns a divendres de 9.00 h a 14.00 h, per la persona interessada.

Totes les activitats tenen places limitades.

Les activitats d'aquest programa són gratuïtes, excepte les Aules d'Extensió Universitària.

Per tal de millorar el funcionament dels cursos, cada persona es pot inscriure a un màxim de tres activitats. En cas d'estar interessat en alguna activitat més, es posarà a la llista d'espera.



Ajuntament de Riudoms
c/ Major, 52
43330 Riudoms
Tel. 977 850 350
ajuntament@riudoms.cat

www.riudoms.cat

Ho organitza:



Ajuntament de Riudoms
Regidoria de Formació

Hi col·labora:



UNIVERSITAT
ROVIRA I VIRGILI

L'Onada
Serveis 3a. Edat

CURSOS, TALLERS I XERRADES

octubre 2016 > abril 2017



**A Riudoms,
gaudim aprenent**

Formació

CURS DE CATALÀ INICIAL

17 octubre > 12 desembre de 2016

9 gener > 24 abril de 2017

Horari: dilluns de 18.15 h a 19.30 h

Lloc: Aula Formació d'Adults (Escoles Velles)

A càrrec de Núria Blay, llicenciada en Filosofia i en Ciències de l'Educació

Cal portar estris per fer les activitats.

CURS DE CATALÀ AVANÇAT

17 octubre > 12 desembre de 2016

9 gener > 24 abril de 2017

Horari: dilluns de 19.30 h a 20.45 h

Lloc: Aula Formació d'Adults (Escoles Velles)

A càrrec de Núria Blay, llicenciada en Filosofia i en Ciències de l'Educació

Cal portar estris per fer les activitats.

CURS DE SARDANES I BALLS EN LÍNIA

18 octubre > 13 de desembre de 2016

17 gener > 18 abril de 2017

Horari: dimarts de 19.30 h a 21.00 h

Lloc: Sala d'exposicions de la Casa de Cultura Antoni Gaudí

A càrrec de Teresa Vives, informadora i monitora sardanista

Cal portar calçat còmode.

CURS BÀSIC DE CUINA I INICIACIÓ A LA CUINA D'AVANTGUARDA

25 octubre > 13 desembre de 2016

10 gener > 25 abril de 2017

Horari: dimarts de 19.00 h a 20.00 h

Lloc: Aula Taller (Escoles Velles)

A càrrec de Salvador Gras, subdirector de l'Hotel Mas Passamaner

Ingredients per a les receptes a càrrec de l'alumne.

AULES D'EXTENSIÓ UNIVERSITÀRIA PER A MAJORS DE 55 ANYS

7 octubre > 16 desembre de 2016

13 gener > 21 abril de 2017

Horari: divendres a les 19.00 h

Lloc: Aula Formació d'Adults (Escoles Velles)

A càrrec de professors de la Universitat Rovira i Virgili.

Preu inscripció: 10€

Manualitats

CURS DE RESTAURACIÓ DE MOBLES

3 octubre > 12 desembre de 2016

9 gener > 24 abril de 2017

Horari: dilluns de 17.00 h a 18.30 h

Lloc: Aula Taller (Escoles Velles)

A càrrec d'Assumpció Anglès, manualitats als mobles antics i restauració

Cal portar bata i els productes per a la restauració.

CURS DE COSTURA

5 octubre > 14 desembre de 2016

11 gener > 26 abril de 2017

Horari: dimecres de 18.00 h a 20.00 h

Lloc: Aula Taller (Escoles Velles)

A càrrec de Mercè Beà i Conxita Anguera, modistes

Material a càrrec de l'alumne.

TALLER DE LLANA

11 octubre > 22 novembre de 2016

Horari: dimarts de 17.00 h a 18.30 h

Lloc: Aula Taller (Escoles Velles)

A càrrec de M. Dolors Ametller i Rosa Soto, manualitats

Material a càrrec de l'alumne.

TALLER DE PINTAR ROBA

11 octubre > 22 novembre de 2016

Horari: dimarts de 17.00 h a 18.30 h

Lloc: Aula Taller (Escoles Velles)

A càrrec de M. Dolors Ametller i Rosa Soto, manualitats

Material a càrrec de l'alumne.

Salut

TALLER DE MEMÒRIA, RISOTERÀPIA I RELAXACIÓ · 1r TORN

27 octubre > 1 desembre de 2016 (1r torn)

2 març > 6 abril de 2017 (2n torn)

Horari: dijous de 18.00 h a 19.00 h

Lloc: Aula Formació d'Adults (Escoles Velles)

A càrrec de Míriam Díaz, psicòloga de la Residència L'Onada de Riudoms

CUIDEM AL CUIDADOR

15, 22 i 29 de març de 2017

Horari: de 17.00 h a 18.00 h

Lloc: Aula Formació d'Adults (Escoles Velles)

A càrrec de l'equip sanitari, psicològic i social de la Residència L'Onada de Riudoms

Consells pràctics per millorar la qualitat de vida dels cuidadors no professionals.

TALLER AL PARC DE SALUT: "MOU-TE AMB SALUT"

3 de novembre de 2016; 9 i 23 de març; i 6 d'abril de 2017

Horari: dijous de 17.00 h a 17.45 h

Lloc: Parc de Salut (Via Romana)

A càrrec de Maria Reig, fisioterapeuta de la Residència L'Onada de Riudoms

Cal portar calçat i roba còmode.

TALLER ÚS BÀSIC DEL TELÈFON MÒBIL

23 de febrer de 2017

Horari: a les 18.30 h

Lloc: Llar dels Jubilats (c/ Sant Jaume, 2)

A càrrec de Núria March, educadora social de la Residència L'Onada de Riudoms

Nocions bàsiques de l'ús del mòbil, fotografies, WhatsApp, i altres aplicacions.



Les activitats que s'ofereixen no tenen caràcter reglat i, per tant, no són vàlides a efectes d'atur o d'emissió de títol.