



HORARI D'OBERTURA DE L'ESPAI NOU

De dilluns a divendres (dies laborables) de 9.00 h a 20.00 h

L'accés és lliure, amb el Carnet de persona usuària de l'Espai Nou, excepte en els moments de realització d'activitats dirigides

L'ESPAI NOU

Centre Cívic el Roure (1a planta)
Plaça de l'U d'Octubre de 2017, núm. 1
93 639 20 82 EXT. 257 o 258
espaigntgran@begues.cat
espainoubegues.cat

HORARI D'ATENCIÓ AL PÚBLIC

Dilluns i dijous de 9.30 a 12.30 h

**PER ACCEDIR A LES ACTIVITATS DE L'ESPAI NOU
CAL DISPOSAR DEL CARNET DE PERSONA USUÀRIA DE L'ESPAI NOU**

Condicions del carnet

Ser major de 60 anys i estar empadronat/da a Begues, o bé, les persones majors de 52 anys que estiguin jubilades, ja siguin aturades de llarga durada o pensionistes, o amb certificat de discapacitat. També els cònjuges de les persones que compleixin aquests requisits.

En el moment de fer la sol·licitud, a través de la pàgina web de l'Espai Nou, cal aportar la documentació que acrediti el compliment de qualsevol de les condicions anteriors juntament amb una fotografia mida carnet.

CALENDARI CURS 2024-25 D'ACTIVITATS DE L'ESPAI NOU

Activitat de memòria i formatives

AUDICIONS MUSICALS

Audicions guiades i comentades

- 🕒 **DIVENDRES DE 9.30 h a 10.30 h**
- 📍 **L'ESPAI NOU**

TERTÚLIES ARTÍSTIQUES

Dirigit a persones que tinguin interès en conèixer, parlar i comentar obres pictòriques, arquitectòniques i escultòriques.

- 🕒 **GRUP 1: DIMARTS DE 17.30 h a 19.00 h**
- GRUP 2: DIMECRES D'11.30 h a 13.00 h**
- 📍 **LLOC: L'ESPAI NOU**

TALLER DE LA MEMÒRIA

Es treballa l'adquisició d'eines i recursos que us serveixin per mantenir la memòria (exercicis pràctics, tant escrits com orals, etc.)

- 🕒 **DIMARTS D'11.00 h a 12.00 h**
- 📍 **LLOC: L'ESPAI NOU**

Activitats físiques i de coordinació

TALLER DE MÚSICA EN MOVIMENT

A través de la música es treballen diferents aspectes del moviment, com ara l'equilibri, la coordinació..., que ens ajudaran a evitar caigudes.

- 🕒 **DILLUNS DE 9.30 h a 10.30 h**
- 📍 **LLOC: BUC GRAN DEL CENTRE CÍVIC**

GINNÀSTICA A L'ESPAI LÚDIC I DE SALUT

- 🕒 **DILLUNS D'11.00 h a 12.00 h**
- 📍 **LLOC: L'ESPAI LÚDIC DE LA GENT GRAN (al costat del Centre Cívic)** En cas de mal temps es realitzarà al Buc Gran del Centre Cívic.

GINNÀSTICA SUAU

- 🕒 **GRUP 1: DIMARTS DE 10.30 h a 11.30 h**
- GRUP 2: DIJOUS DE 10.30 h a 11.30 h**
- 📍 **LLOC: PISCINA MUNICIPAL DE BEGUES**

Preu: 5€ per trimestre (domiciliació bancària)
Pagament de l'assegurança a la piscina.

Col·laboren:



**Diputació
Barcelona**
xarxa de municipis



**Ajuntament
de Begues**

Activitats de salut

TALLER DE MUSICOTERÀPIA

"Si hi ha música a la teva ànima, s'escoltarà en tot l'Univers"

- 🕒 **DIMARTS DE 17.00 h a 18.00 h**
- 📍 **LLOC: BUC GRAN DEL CENTRE CÍVIC**

TALLER MONOGRÀFIC D'ARTTERÀPIA

Treballem la pràctica d'art en grup, conduït per una art terapeuta que acompanya el procés creatiu des de l'escolta activa.

- 📅 **ELS DIMECRES DEL 12 DE FEBRER AL 9 D'ABRIL**
- 🕒 **DE 9.30 A 11.00H**
- 📍 **LLOC: L'Espai Nou.**

Activitats de noves tecnologies

- 🕒 **ELS DILLUNS DE 12.00 A 13.30H**
- 📍 **L'ESPAI NOU**

3/02
Play Store/App Store, aplicacions i subscripcions.

17/02
Gestió del correu electrònic.

3/03
Chat GPT. Fem servir la intel·ligència artificial.

17/03
Parkunload: app aparcament zona taronja.

31/03
L'ecosistema de Google.

28/04
Chrome. El navegador de Google.

12/05
Google Calendar.

26/05
Canva. Aprenem a fer servir el disseny bàsic.

9/06
La televisió digital. Què són i com funcionen les plataformes digitals.

Programa de caminades

Segueix el ritme!

FEM ESPORT, FEM BEGUES

Caminades de marxa nòrdica a Begues De 10.30 a 12.30 h

Divendres 24 de gener
Divendres 21 de febrer
Divendres 21 de març
Divendres 4 d'abril
Divendres 23 de maig
Divendres 6 de juny
Divendres 20 de juny

Inscripció prèvia en l'horari d'atenció al públic

*Es recomana l'ús de bastons de marxa nòrdica, tot i que no és obligatori. Consultar servei de préstec.

Caminades de tot el dia amb el suport de la Diputació de Barcelona

Dimecres 15 gener: Sant Quirze De Besora
Dijous 6 febrer: Begues
Dimecres 5 març: Esparreguera
Dijous 10 abril: Sant Fruitós de Bages
Cloenda al maig: Caldes de Montbui

Preu: 12€ (inclou autocar i assegurança individual). La modalitat de pagament serà mitjançant la domiciliació bancària.

Les inscripcions es realitzaran durant els 15 dies abans de cada caminada, en horari d'atenció al públic.

Obsequi d'una samarreta en fer la primera inscripció.

Activitats lúdiques

JOC DE CARTES "LA CANASTA"

- 🕒 **DILLUNS I DIJOUS DE 17.00 h a 20.00 h**
- 📍 **LLOC: L'ESPAI NOU**

TALLER DE BALL

- 🕒 **GRUP 1 BALL EN LÍNIA: DIMARTS DE 18.30 h a 19.30 h**
- GRUP 2 BALL EN PARELLA: DIMECRES DE 19.00 h a 20.00 h**
- 📍 **LLOC: BUC GRAN DEL CENTRE CÍVIC**

TALLER DE SARDANES

- 🕒 **DIJOUS DE 17.30 h a 18.30 h**
- 📍 **LLOC: BUC GRAN DEL CENTRE CÍVIC**

GRAN TARDA DE BINGO I JOCS

- 📅 **Dissabte 11 de gener, 15 de febrer, 15 de març, 12 d'abril, 10 de maig, 21 de juny, 12 de juliol.**
- 📍 **A L'Escorxador de 17.00 h a 20.00 h**

GRAN TARDA DE BALL

- 📅 **DIUMENGE 4 DE MAIG DE 18.00 h a 21.00 h**
- 📍 **AL TEATRE EL GOULA**

38a FESTA DE LA GENT GRAN

- 📅 **DIUMENGE 27 D'ABRIL**
- 📍 **Properament més informació i venda de tiquets a l'Espai Nou.**

ESPECTACLE DE CLOENDA DELS TALLERS DE L'ESPAI NOU

- 📅 **DIMECRES 18 DE JUNY DE 17.00 h a 19.00 h**
- 📍 **AL TEATRE EL GOULA**

i a més...

ESPAI LÚDIC I DE SALUT PER A GENT GRAN

Exterior del Centre Cívic.

PETANCA

- 🕒 **DIMECRES I DIVENDRES A LES 17.00 H**
- I DIUMENGES A LES 11.00 H**
- 📍 **A L'ESCORXADOR**

Organitza i condicions d'accés a l'Associació d'Amics Franco-Catalans de Begues

Serveis de l'Espai Nou

SERVEI D'ÀPATS

Consultar el tríptic informatiu del servei d'àpats. Per a més informació podeu contactar amb l'Espai Nou mitjançant un correu electrònic a espaientgran@begues.cat, o bé, trucant al 93 639 20 82 ext. 257 i 258.

SERVEI DE PODOLOGIA

Cita prèvia i condicions de realització: enviant un correu electrònic a espaientgran@begues.cat, o bé, trucant al 93 639 20 82 ext. 257 i 258.

Preu: 18 euros/sessió.

Tota la informació la trobareu actualitzada a la pàgina web de l'Espai Nou, des d'on també podeu sol·licitar el Carnet de l'Espai Nou



espainoubegues.cat

