

HORARI D'ACTIVITATS SETMANALS TEMPORADA 2025-26

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS
TERÀPIA AMB GANXET de 10 a 12 h Sala de plens de l'Ajuntament de Les Masies de Roda Inici el dilluns 6 d'octubre de 2025 <i>Maite Fontseca</i>	CATALÀ I ESCRIPTURA de 9:30 a 10:30 h Biblioteca Bac de Roda (Roda de Ter) Inici el dimarts 30 de setembre de 2025 <i>Helena López</i>	MEMÒRIA EN FORMA Grup 1: de 9:30 h a 10:30 h / Grup 2: de 10:30 a 11:30 h Sala de plens de l'Aj. de Les Masies de Roda Inici el dimecres 1 d'octubre de 2025 <i>Cris Chirveches</i>	GRUP DE CAMINADES de 9 h a 11 h Sortides des de la Plaça Major (Roda de Ter) Inici el dijous 2 d'octubre de 2025 <i>Marta Suriñach</i>
ANGLÈS BÀSIC PER GENT GRAN de 10:30 a 11:30 h Aula de Can Planoles (Roda de Ter) Inici el dilluns 29 de setembre de 2025 <i>Sharon Senik</i>	CANT GRUPAL de 15:30 h a 16:30 h Escola de Música El Faristol (Roda de Ter) Inici el dimarts 7 d'octubre de 2025 *No hi haurà sessió el 4/11 <i>Mamen Gallego</i>	ESTIMULACIÓ COGNITIVA Grup 1: de 10 h a 11 h / Grup 2: de 11 a 12 h Aula de Can Planoles Inici el dimecres 1 d'octubre de 2025 <i>Núria Arumí</i>	

***GRUP DE SARDANES:**

Pendent de concretar dates i espai de l'activitat. Més informació a l'assemblea.



ASSEMBLEA D'INICI DE TEMPORADA. Dimecres 25 de setembre de 10:30 a 12h a la Carpa de Can Planoles (Roda de Ter)



PERÍODE D'INSCRIPCIÓ: Del 15 al 26 de setembre de 2025 a Can Vinyets o a l'Ajuntament de Les Masies de Roda. S'acceptaran inscripcions posteriors sempre que hi hagi places disponibles.



Per formalitzar les **inscripcions i accedir al grup de WhatsApp** cal que us adreceu a les oficines de Can Vinyets o a l'Ajuntament de les Masies de Roda. **Les places son limitades.** Podeu demanar més informació per missatge o telefònicament al 661 832 680 (Alvaro Morente).



Les **activitats puntuals, sortides, assemblees i comiats** s'informaran a través del grup de WhatsApp de l'Espai Activa't i en la cartelleria disponible a Can Vinyets (Roda de Ter) i a l'Ajuntament de les Masies de Roda.

ACTIVITATS SETMANALS TEMPORADA 2025-26

*Les activitats son gratuïtes si no s'indica el contrari. Requereixen inscripció prèvia.



TERÀPIA AMB GANXET Dilluns de 10 a 12 h

Sala de plens de l'Ajuntament de Les Masies de Roda

T'agradaria aprendre a fer creacions autèntiques amb el ganxet? Saps fer-lo anar i vols compartir la teva experiència amb la resta? Vine al grup de teràpia amb ganxet i comparteix la teva afició amb la gent de l'Espai Activa't.



ANGLÈS BÀSIC PER GENT GRAN Dilluns de 10:30 a 11:30 h

Aula de Can Planoles (Roda de Ter)

Vine a aprendre un nivell d'anglès bàsic a través d'una metodologia lúdica, adreçada a gent gran, amb la que podràs comunicar-te fàcilment durant els teus viatges a l'estranger.

10 € per persona i trimestre. Cal fer el pagament en el moment de la inscripció.



CATALÀ I ESCRIPTURA Dimarts de 9:30 a 10:30 h

Biblioteca Bac de Roda (Roda de Ter)

Vols aprofundir el teu coneixement sobre la llengua catalana? Vine a treballar l'escriptura en català d'una manera lúdica i divertida i aprèn a escriure sense faltes d'ortografia.



CANT GRUPAL Dimarts de 15:30 a 16:30 h

Escola Municipal de Música El Faristol (Roda de Ter)

Canta en grup a través d'assajos dinàmics on es treballa el ritme i la veu, alhora que es potencia la memòria i la coordinació, amb un repertori de cançons modernes i clàssiques.



GRUP DE SARDANES

Pendent de concretar

Vine a practicar el nostre ball tradicional: la sardana. A través de l'experiència d'un grup de voluntaris, podrem ballar sardanes amb la companyia de la gent del poble. No t'ho perdís!



MEMÒRIA EN FORMA Dimecres. Grup 1: de 9:30 a 10:30 h | Grup 2: de 10:30 a 11:30 h

Sala de plens de l'Ajuntament de Les Masies de Roda

El cervell és un múscul que s'ha d'entrenar. Fem prevenció i manteniment de la memòria mitjançant activitats cognitives i jocs memorístics que faran que l'exercitem i la posem a prova.



ESTIMULACIÓ COGNITIVA Dimecres. Grup 1: de 10 a 11 h | Grup 2: de 11 a 12 h

Aula de Can Planoles (Roda de Ter)

Estimulem la memòria amb dinàmiques i jocs de grup. Dos grups reduïts per fomentar l'atenció personal. Adreçat a persones amb majors dificultats per evitar un major deteriorament cognitiu.



GRUP DE CAMINADES Dijous de 9 a 11 h

Sortides des de la Plaça Major (Roda de Ter)

Caminades setmanals en grup per l'entorn. Els recorreguts estan adreçats a persones autònomes. Puntualment es faran trobades amb altres grups de caminades de la comarca.