

Com participar en les activitats del Grup 65

Si sou membre del Grup 65

Per cursar una activitat heu de trucar al telèfon gratuït d'atenció col·legial, el 900 705 705 o al telèfon directe 93 253 16 63, i formalitzar la matrícula, seguint la norma i les dates d'inscripció. Aquest requisit és d'obligat compliment per a totes les persones que vulguin participar en l'oferta d'activitats en els cursos del Grup 65 del Col·legi Oficial d'Infermeres i Infermers de Barcelona.

Si no sou membre del Grup 65

Les infermeres col·legiades de més de 55 anys, els familiars i amics de qualsevol infermera o infermer col·legiada/t al COIB que estiguin jubilades/ts o siguin majors de 65 anys, podran participar de les activitats en qualitat de no membre.

La persona interessada a dur a terme activitats del Grup 65:

- Haurà d'omplir una butlleta d'inscripció per cada activitat que vulgui fer.
- Haurà d'abonar l'import de l'activitat que vulgui fer, dins del període fixat, com a no membre.

El COIB estudiarà individualment aquells casos que no compleixin aquests requisits.

Normativa obligatòria

Les activitats formatives **tenen control d'assistència**, tots els participants **hauran de signar el full habilitat en aquesta funció**. El COIB entendre que la persona que no signi no ha assistit a l'activitat.

Les persones inscrites en un curs que sense causa justificada no hi assisteixin durant un mes, s'entendrà que no volen participar en aquesta activitat. Automàticament se'ls donarà de baixa i s'assignarà la plaça a una altra persona que estigui en llista d'espera.

Una vegada feta la inscripció i el pagament a un curs i grup, **no es podrà canviar a un altre curs o grup**.

Criteris per ser membre del Grup 65

- Ser infermera/r del Col·legi Oficial d'Infermeres i Infermers de Barcelona o d'un altre col·legi professional (en aquest cas, caldrà seguir els tràmits corresponents que el COIB us facilitarà).
- Tenir més de 65 anys o estar jubilada/t, prejubilada/t o en situació de baixa per invalidesa.
- Omplir la butlleta d'inscripció al Grup 65.
- Pagar la quota anual del Grup 65 al COIB i estar al corrent de pagament.
- Acceptar la normativa a inscripció de cursos.

Altres casos

Les persones que tenen més de 65 anys i que havent estat col·legiades al COIB es troben en situació de baixa col·legial, poden trucar al telèfon gratuït d'atenció col·legial, el 900 705 705 o al telf directe 93-253-16-63, on rebran informació més detallada de com fer-se membres del Grup 65 (en tots els casos que no compleixin aquests requisits).

El COIB estudiarà individualment aquells casos que no compleixin aquests requisits.

Normativa d'inscripció per als cursos i activitats del 2023

1. Cal formalitzar la inscripció dins dels dies establerts per a cada curs/activitat segons si sou membre o no del Grup 65.
2. El sistema d'inscripció és el següent:

- Dins del termini de cada curs/activitat, caldrà inscriure's a través del telèfon gratuït 900 705 705 o al telèfon directe 93 253 16 63, o personalment a la tercera planta.

- Feta la inscripció, es disposa de **cinc dies naturals** per fer el pagament que confirmarà la inscripció. L'ingrés es realitzarà a:

Banc Sabadell: ES 40 0081-0200-23-0001824988

A la transferència cal indicar nom i cognoms, el nom del curs i enviar el comprovant a grup65@coib.cat o portar-lo personalment a la 3a planta del COIB.

3. Si una vegada feta la reserva de plaça, però no el pagament de la matrícula, la persona es vol donar de baixa, caldrà que avisi telefònicament al Col·legi per tal de facilitar la seva plaça a una altra persona.
4. En el cas que es produeixi una baixa, s'avisarà per telèfon a les/els alumnes en llista d'espera per rigorós ordre. Aquestes disposaran de tres dies naturals per fer el pagament que confirmarà de la seva inscripció i la tramitació abans esmentada.
5. Per aquells cursos que 14 dies abans no arribin a un 70% de matriculats, el COIB es reserva el dret d'anul·lar-los. S'informarà als que ja s'hagin inscrit de que el curs no es realitza.
6. Una vegada abonada la matrícula, per donar-se de baixa caldrà comunicar-la per escrit al Col·legi com a mínim set dies abans de l'inici del curs. En cap cas es tornarà l'import de la matrícula si la notificació d'anul·lació no s'efectua en aquest termini. Així mateix, un cop iniciat el curs ja no es farà cap devolució de matrícula.
7. El Col·legi es reserva el dret de variar alguna d'aquestes normes o terminis si les característiques dels cursos, activitats i sortides ho requereixen.

8. El Col·legi es reserva el dret d'anul·lar aquells cursos/activitats que no arribin a l'ocupació mínima establerta. I de canviar dates i horaris.
9. En el cas de sortides en què el participant no pugui anar i avisi amb menys de 10 dies d'antelació el COIB no es pot comprometre a retornar l'import íntegre de la mateixa ja que depèn de la subcontractació del mateix a un tercer. En aquest cas pot haver-hi despeses de cancel·lació i inclús pot no poder retornar-se l'import abonat per l'assistent a la sortida. Respecte al viatge, la responsabilitat tant en l'organització com en l'anul·lació (si es donés el cas), són únicament de l'agència. El COIB no hi té cap responsabilitat ni directa ni indirecta.
10. Si un curs no s'ompli amb les persones del Grup 65, s'oferirà a la resta de col·legiats o a altres col·lectius per obrir els grups i evitar anul·lar activitats.
11. Cal estar al corrent de pagament de les quotes anuals. El COIB es reserva el dret de donar de baixa a les persones que es trobin en situació d'impagament de la quota.
12. Des d'aquest curs 2023, podreu rebre notificacions de nous cursos i informació a través de WhatsApp. Per donar-vos d'alta heu d'enviar un correu a grup65@coib.cat. Només hi rebreu informació, no podreu contestar. Per parlar amb el grup cal continuar fent-ho pels mitjans habituals.

TINGUES CURA DE LA TEVA SALUT

Pilates

Què farem?

Un treball general del cos, mobilitzar articulacions, flexibilitzar la columna, tonificació de la musculatura, una correcta respiració i una correcta higiene postural.

Docent: Maria José Cañas Pérez, instructora de classes dirigides i de sala de fitness, professora de natació, classes dirigides aquàtiques, instructora de Pilates terra, reformer, pre/post natal, terapèutic.

Dates: 67 sessions. Els dilluns d'11 a 12 h i dimecres de 18 a 19 h, del 16 de gener al 12 de juliol i del 18 de setembre al 13 de desembre de 2023.

Durada: 67 hores

Import: Membres del Grup65: 131 €
Col·legiades no membres: 196,50 €
Altres: 262 €

Període d'inscripció:

Membres del Grup65: a partir del 14 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: a partir del 19 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aules del COIB

Marxa nòrdica

Què farem?

La marxa nòrdica és una activitat física que consisteix a caminar amb bastons de manera harmònica i equilibrada i amb una tècnica concreta i específica on es treballa gairebé el 90% de la musculatura corporal. És un exercici apropiat per a millorar la condició física, on es treballa la força, la resistència, la flexibilitat i l'equilibri. També ajuda a perdre pes. Ajuda a tenir cura de la salut emocional. És una activitat molt útil per a fer salut a l'aire lliure. Ideal per recuperar-se físicament en cas d'haver passat la Covid-19, ja que ens permet treballar tota la musculatura d'una forma no forçada ni agressiva, al mateix temps que ens millora la capacitat respiratòria i rendiment cardiovascular. En la situació actual de pandèmia, és una activitat que ens permet mantenir totes les pautes de seguretat davant la Covid-19. És una activitat sostenible i ecològica que ens permetrà descobrir l'entorn i gaudir de la natura.

Grup A. Nivell de consolidació, on s'aprofundeix en la tècnica de la marxa nòrdica i anem a fer una activitat física cardiovascular un punt més intens.

Grup B. Nivell inicial, on treballarem els fonaments de la marxa nòrdica i consolidarem la tècnica. Caminarem de forma saludable amb un nivell d'intensitat suau per millorar la condició física.

Docent: Ramon Compte, fisioterapeuta i instructor de marxa nòrdica.

Dates: 31 sessions, els divendres (A) del 20 de gener al 16 de juny i del 22 de setembre al 15 de desembre de 2023.
31 sessions, els divendres (B) del 20 de gener al 16 de juny i del 22 de setembre al 15 de desembre de 2023.

Grup A: Divendres de 9.15 a 11.15 h.
Grup B: Divendres d'11.30 a 13 h.

Durada:

Grup A: 62 hores.
Grup B: 46,50 hores.

Import:

Grup A: Membres del Grup65: 208 €
Col·legiades no membres: 312 €
Altres: 416 €

Grup B: Membres del Grup65: 156 €
Col·legiades no membres: 234 €
Altres: 312 €

Període d'inscripció (grups A, B):

Membres del Grup65: del 12 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 15 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.

Lloc: La primera sortida es farà des de la seu del COIB, la resta s'anirà acordant el punt de trobada a la classe anterior.

Nota: L'equip docent aportarà bastons per poder realitzar l'activitat, però si les participants en disposen, millor que els portin.



Gimnàstica i higiene postural

Què farem?

Farem un treball generalitzat del cos, adaptat a les característiques i possibilitats de cada persona. Pretenem aconseguir la consciència del cos mitjançant postures d'estiraments, mobilitat articular, reforç muscular, respiració i relaxació. Tot això amb un treball suau i una correcta higiene postural.

Docent: María José Cañas Pérez, instructora de classes dirigides, instructora de sala de fitness, professora de natació, classes dirigides aquàtiques, instructora de Pilates terra, reformer, pre/post natal, terapèutic.

Dates: 33 sessions, els dilluns de 12 a 13 h, del 16 de gener al 10 de juliol i del 18 de setembre a l'11 de desembre de 2023.

Durada: 33 hores.

Import: Membres del Grup65: 102 €
Col·legiades no membres: 153 €
Altres: 204 €

Període d'inscripció:

Membres del Grup65: del 12 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 15 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aules del COIB.

Nota: Cal portar roba còmoda, una marfega i una manteta.



(HATHA) IOGA RESTAURATIU (NOU)

Què farem?

És una pràctica suau de l'Hatha ioga i l'Iyengar on s'adapten les postures fent servir ajudes com cintes, blocs, mantes, cadires i/o coixins. Té com a objectiu la respiració, enfortir i relaxar profundament el sistema nerviós, les cadenes musculars i articulacions, millorant de forma significativa la salut física-emocional.

Docent: Linda Vivenes, professora d'Hatha ioga, ioga Iyengar, ioga Restauratiu, Vinyasa Flow, ioga Nens (Surya Kiranam) i ioga embarassades. Terapeuta de Biodinàmica craneosacral i massatgista.

Dates: 1a edició: 12 sessions: dimecres de 10 a 12 h. De l'1 de març al 31 de maig de 2023.

Dates: 2a edició: 11 sessions: dimecres de 10 a 12 h. Del 20 de setembre al 20 de desembre de 2023.

Durada:

1a edició: 24 hores.
2a edició: 22 hores

Import 1a edició:

Membres del Grup65: 86 €
Col·legiades no membres: 129 €
Altres: 172 €

Import 2a edició:

Membres del Grup65: 79 €
Col·legiades no membres: 118,50 €
Altres: 158 €

Període d'inscripció 1a edició:

Membres del Grup65: de l'1 de febrer de 2023 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 6 de febrer de 2023 fins a exhaurir les places.

Període d'inscripció 2a edició:

Membres del Grup65: del 15 de maig de 2023 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 18 de maig de 2023 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aules del COIB.

Nota: Portar roba còmoda i manta.

IDIOMES

Estimulem les funcions mentals

Què farem?

Repassem les indicacions bàsiques per mantenir el cervell en forma. Activarem la memòria i les altres funcions cognitives amb exercicis diversos per descobrir les potencialitats del nostre cervell. El treball serà individual i grupal, respectant els ritmes de cada persona.

Docent: Montserrat Suriñach Pérez, infermera especialista en geriatria i postgrau en intervenció cognitiva.

Dates: 17 sessions, els dimecres de 16.30 a 18 h, del 10 de maig al 28 de juny i del 20 de setembre al 29 de novembre de 2023.

Durada: 25,50 hores.

Import:

Membres del Grup65: 110 €
Col·legiades no membres: 165 €
Altres: 220 €

Període d'inscripció:

Membres del Grup65: del 6 de març de 2023 fins a exhaurir les places
Col·legiades i altres: del 9 de març de 2023 fins a exhaurir les places

Lloc: Aules del COIB.



Anglès bàsic

Què farem?

Dirigit a persones que no tenen cap coneixement de l'idioma o saben una mica i volen continuar des de zero. Aprendrem a expressar el que som utilitzant el ver 'to be'. Conjugarem els verbs en present per poder explicar els nostres hàbits i veurem els verbs en passat per explicar que vam fer el cap de setmana. També estudiarem àrees temàtiques de vocabulari i farem exercicis d'audició per familiaritzar-nos amb el so de l'anglès.

Docent: Master School

Dates: 34 sessions, els dijous de 10 a 11.30 h, del 19 de gener al 29 de juny i del 14 de setembre al 21 de desembre de 2023.

Durada: 51 hores.

Import: Membres del Grup65: 70 €
Col·legiades no membres: 105 €
Altres: 140 €

Període d'inscripció:

Membres del Grup65: del 15 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 20 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aules del COIB.

Anglès pre-intermedi

Què farem?

Dirigit a persones que saben expressar el que són i on estan, saben explicar les seves rutines i coses sobre les seves experiències. En aquest curs continuarem aprofundint en les diferents formes de futur que ens permetran explicar els nostres plans a curt, mitjà i llarg termini. Expressarem probabilitat i els seus nivells de certesa i incertesa utilitzant 'modals verbs' també ampliarem el nostre vocabulari i practicarem 'listenings'.

Docent: Master School.

Dates: 35 sessions, els dimecres de 12 a 13.30 h, del 18 de gener al 28 de juny i del 13 de setembre al 20 de desembre de 2023.

Durada: 52,50 hores.

Import: Membres del Grup65: 72 €
Col·legiades no membres: 108 €
Altres: 144 €

Període d'inscripció:

Membres del Grup65: del 14 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 19 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aules del COIB.

Anglès elemental avançat

Què farem?

Les persones que hi participen tenen un coneixement elemental alt de l’anglès, durant aquest curs aprofundirem en les diverses àrees del llenguatge utilitzant determinades estructures que podem fer servir per expressar suggeriments, queixes, gustos, habilitats, etc. Assimilarem nous conceptes gramaticals i ampliarem vocabulari llegint textos sobre els quals es practicaràn diferents tècniques de comprensió.

Docent: Master School.

Dates: 35 sessions, els dimarts de 12 a 13.30 h del 24 de gener al 20 de juny i del 12 de setembre al 19 de desembre de 2023.

Durada: 52,50 hores.

Import: Membres del Grup65: 72 €
Col·legiades no membres: 108 €
Altres: 144

Període d’inscripció:
Membres del Grup65: del 13 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 16 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aules del COIB.

Anglès elemental bàsic

Què farem?

Les persones participants en aquest curs ja saben expressar hàbits presents i passats, durant el curs a més de consolidar aquestes estructures i ampliar la base de vocabulari, aprendrem com dir quins plans de futur tenim que estem fent ara mateix i parlarem de probabilitat.

Docent: Master School.

Dates: 32 sessions, els dilluns de 12 a 13.30 h, del 16 de gener al 26 de juny i del 18 de setembre al 18 de desembre de 2023.

Durada: 48 hores.

Import: Membres del Grup65: 66 €
Col·legiades no membres: 99 €
Altres: 132 €

Període d’inscripció:
Membres del Grup65: a partir del 12 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 15 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aules del COIB.

Anglès intermedi bàsic

Què farem?

Ampliarem vocabulari introduint expressions utilitzades habitualment quan viatgem, informació sobre llocs, el món laboral, la salut, temps lliure, etc. Millorarem la pronunciació i repassarem conceptes gramaticals fent servir textos i petites converses. Escoltarem ‘listenings’ que mostrin situacions quotidianes.

Docent: Master School.

Dates: 34 sessions, els dijous de 10 a 11.30 h, del 19 de gener al 29 de juny i del 14 de setembre al 21 de desembre de 2023.

Durada: 51 hores.

Import: Membres del Grup65: 70 €
Col·legiades no membres: 105 €
Altres: 140 €

Període d’inscripció:
Membres del Grup65: del 12 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 15 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places..

Lloc: Aules del COIB.

Anglès intermedi avançat

Què farem?

Treballarem diferents àrees de vocabulari, des de menjar i hàbits d’alimentació fins a la tecnologia, el llenguatge periodístic o l’economia. Pel que fa a la gramàtica es practicaràn els diferents tipus de frases condicionals, tems verbals de passat i futur, comparacions i l’ús de l’infinitiu i el Gerundi en anglès. Els ‘Phrasal Verbs’ seran importants en aquest curs.

Docent: Master School.

Dates: 34 sessions, els dijous de 12 a 13.30 h, del 19 de gener al 29 de juny i del 14 de setembre al 21 de desembre de 2023.

Durada: 51 hores.

Import: Membres del Grup65: 70 €
Col·legiades no membres: 105 €
Altres: 140 €

Període d’inscripció:
Membres del Grup65: del 15 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 20 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aules del COIB.

Anglès de conversa

Què farem?

Conversarem i veurem quins conceptes gramaticals hauríem de millorar i quins podem introduir per a millorar la claredat del missatge que volem expressar. Ampliarem el nostre vocabulari per poder ser més fluids en el nostre ‘speaking’. Els ‘listenings’ també seran importants per a millorar la nostra capacitat d’enteniment del missatge rebut.

Docent: Master School.

Dates: 33 sessions, els divendres de 12 a 13.30 h, del 20 de gener al 30 de juny i del 15 de setembre al 15 de desembre de 2023.

Durada: 49,50 hores.

Import: Membres del Grup65: 68 €
Col·legiades no membres: 102 €
Altres: 136 €

Període d’inscripció:
Membres del Grup65: del 16 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 20 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aules del COIB.

Bàsic intermig NOU!!!

Què farem?

Ja sabem utilitzar el present, el passat i el futur de manera bàsica, ara començarem a practicar diferents variacions i formes del present, passat i futur, a més de continuar avançant en l’àrea de vocabulari, ‘speaking’ i com no podia ser d’altre forma, els ‘listenings’.

Docent: Master School.

Dates: 34 sessions, els dijous de 12 a 13.30 h, del 19 de gener al 29 de juny i del 14 de setembre al 21 de desembre de 2023.

Durada: 51 hores.

Import: Membres del Grup65: 70 €
Col·legiades no membres: 105 €
Altres: 140 €

Període d’inscripció:
Membres del Grup65: del 16 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 20 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aules del COIB.

Today we’re travelling to ...

Què farem?

Viatjarem sense equipatge i gratuïtament de manera virtual per internet recollint informació sobre llocs i/o països i/o ciutats que escollirem el primer dia del curs. També tindrem la informació de participants del curs que hagin estat al país/ciutat/lloc que estem visitant... Tot això utilitzant l’anglès com la llengua del nostre viatge per al món.

Docent: Master School.

Dates: 7 sessions, els divendres de 10 a 11.30 h, del 5 de maig al 16 de juny de 2023.

Durada: 10,50 hores.

Import: Membres del Grup65: 15 €
Col·legiades no membres: 22,50 €
Altres: 30 €

Període d’inscripció:
Membres del Grup65: de l’11 d’abril de 2023 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 14 d’abril de 2023 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aules del COIB.

Aprenent gramàtica tot parlant francès

Què farem?

Parlarem de com podem descriure llocs, situacions o els nostres sentiments. També veurem com expressar crítiques, acords i desacords. Mentre conversem veurem quins aspectes de gramàtica i fonètica hauriem de millorar o introduir per parlar un millor francès.

Docent: Master School.

Dates: 32 sessions, els dilluns de 9.30 a 11.30 h, del 16 de gener al 26 de juny i del 18 de setembre al 18 de desembre de 2023.

Durada: 64 hores.

Import: Membres del Grup65: 87 €
Col·legiades no membres: 130,50 €
Altres: 174 €

Període d’inscripció:
Membres del Grup65: del 19 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 22 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aules del COIB.

DESCOBREIX LES POSSIBILITATS DE LA FOTOGRAFIA I NOVES TECNOLOGIES

Fes tràmits per Internet de forma fàcil

Què farem?

Des de les diferents administracions s'ofereix atenció i servei a través d'Internet. Malgrat que la majoria de tràmits es poden fer de manera virtual, moltes persones no saben quines eines s'han d'utilitzar o com registrar-se. Aprendre a fer tràmits amb l'administració pública o compres en botigues en línia, sense perdre de vista la seguretat. Descobrirem les opcions dels diferents certificats de signatura digital i els nous models de pagament amb dispositius mòbils.

Docent: Mònica Lucena, llicenciada en Comunicació Audiovisual i experta SEO/SEM.

Dates i hores dels dos grups:

5 sessions, els divendres, del 13 de gener al 10 de febrer de 2023.

1r GRUP A: de 9.30 a 11.30 h

2n GRUP B: d'11.45 a 13.45 h

Durada: 10 hores cadascun

Import: Membres del Grup65: 20 €

Col·legiades no membres: 30 €

Altres: 40 €

Període d'inscripció:

Membres del G65: del 12 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.

Col·legiades i altres: del 15 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aules del COIB.

Formació iOS per gent amb IPHONE o IPAD

Què farem?

Treu el màxim partit al teu iPhone, iPad i iPod. Podràs adquirir coneixements sobre els dispositius d'Apple, les seves aplicacions i sistemes operatius per poder aplicar-lo en el teu dia a dia. Organitza les fotos: mostra i comparteix les teves fotos, crea passis de diapositives amb banda sonora i transicions. Activa fotos a Streaming amb iCloud i tindràs les teves fotos a tots els teus dispositius. Assistant virtual de la Siri: el teu assistent personal, demana-li el que tu vulguis, resultats de partits, calendaris d'equips, informació sobre pel·lícules, troba restaurants propers, actualitza els teus estats en Facebook i publica tweets. Demana-li que obri les teves apps i Siri ho farà per tu.

Aquest curs és només per dispositius de la marca Apple.

Docent: Mònica Lucena, llicenciada en Comunicació Audiovisual i experta SEO/SEM.

Dates: 5 sessions, els divendres de 9.30 a 11.30 h, del 17 de febrer al 17 de març de 2023.

Durada: 10 hores.

Import: Membres del Grup65: 20 €

Col·legiades no membres: 30 €

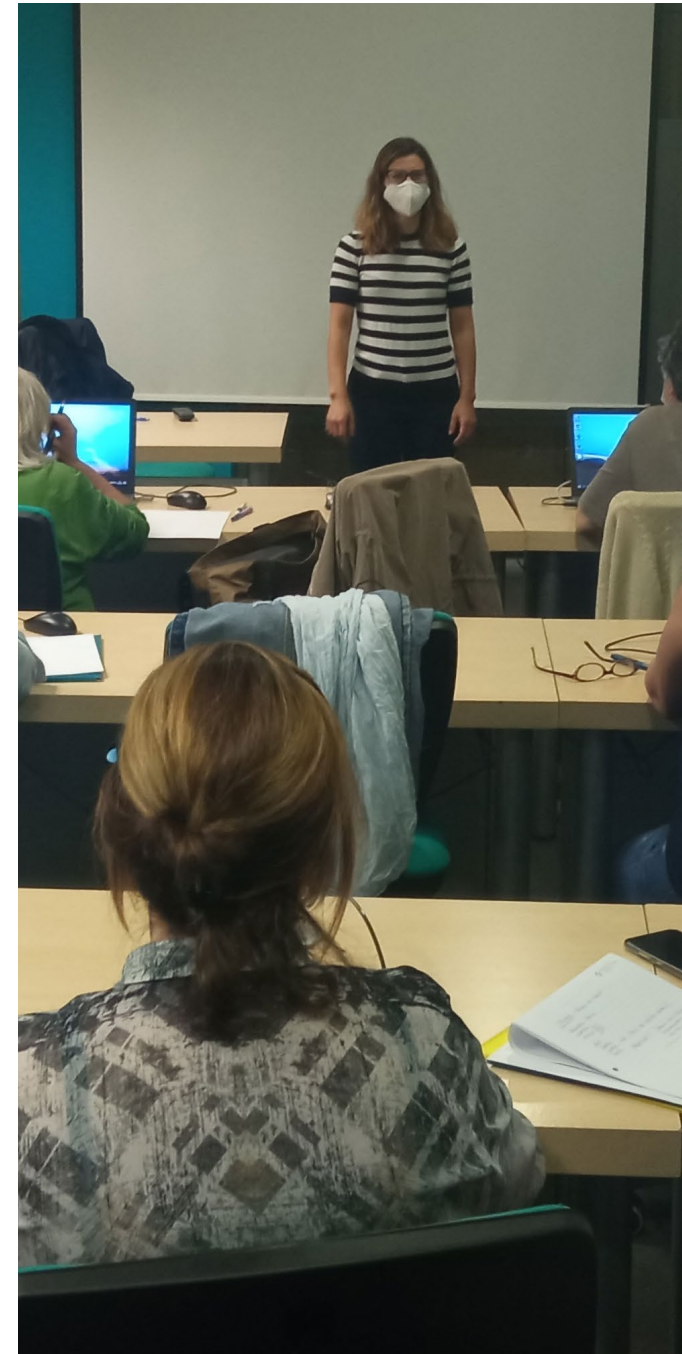
Altres: 40 €

Període d'inscripció:

Membres del Grup65: de l'1 de febrer de 2023 fins a exhaurir les places.

Col·legiades i altres: del 6 de febrer de 2023 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aules del COIB.



Aprèn a navegar per Internet amb seguretat

Què farem?

Entrar a Internet de forma segura a través d'un navegador. Característiques de les pàgines web i les adreces. Característiques (pestanyes, adreces d'interès, historial...) i exemples de navegadors. Cercadors. Característiques i exemples de cercadors. La importància dels backups o còpies de seguretat. El phishing o quan ens suplanten la identitat. Com construir una bona contrasenya.

Docent: Mònica Lucena llicenciada en Comunicació Audiovisual i experta SEO/SEM

Dates: 8 sessions, els divendres de 9.30 a 11.30 h, del 24 de març al 19 de maig de 2023.

Durada: 16 hores.

Import: Membres del Grup65: 30 €

Col·legiades no membres: 45 €

Altres: 60 €

Període d'inscripció:

Membres del Grup65: de l'1 de març de 2023 fins a exhaurir les places.

Col·legiades i altres: del 6 de març de 2023 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aules del COIB.

Nota: No s'explicarà un altre sistema operatiu que no sigui Windows.

Treu el màxim profit al WhatsApp

Què farem?

Aprèn trucs i eines de WhatsApp que et permetran treure el màxim profit d'aquesta aplicació de missatgeria instantània per a les teves comunicacions. Configuració de WhatsApp: perfil, compte, xats, notificacions, ús de dades i emmagatzematge. Grups o difusions. Videotrucades. Els estats. Trucs. WhatsApp a l'ordinador. Aplicacions útils per a WhatsApp.

Docent: Mònica Lucena, llicenciada en Comunicació Audiovisual i experta SEO/SEM.

Dates: 5 sessions, els divendres de 9.30 a 11.30 h, del 26 de maig de al 30 juny de 2023.

Durada: 10 hores.

Import: Membres del Grup65: 20 €
Col·legiades no membres: 30 €
Altres: 40 €

Període d'inscripció:

Membres del Grup65: del 8 de maig de 2023 fins a exhaurir les places.Col·legiades i altres: del 11 de maig de 2023 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aules del COIB.

Curs d'iniciació a la informàtica.
Windows 10 Nivell I

Què farem?

Ens familiaritzarem amb l'Entorn de treball de Windows 10, i les novetats a Windows 10. La interfície de Windows 10. Administració de comptes. L'Explorador de fitxers i carpetes del sistema operatiu. Cerca arxius i carpetes de fotos i fer còpia de seguretat a l'USB o disc dur portàtil.

Docent: Mònica Lucena, llicenciada en Comunicació Audiovisual i experta SEO/SEM.

Dates: 7 sessions, els divendres de 9.30 a 11.30 h, del 8 de setembre al 27 d'octubre de 2023.

Durada: 14 hores.

Import: Membres del Grup65: 26 €
Col·legiades no membres: 39 €
Altres: 52 €

Període d'inscripció:

Membres del Grup65: del 12 de juny de 2023 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 15 de juny de 2023 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aules del COIB.

Nota: No s'explicarà un altre sistema operatiu que no sigui Windows.

Curs d'iniciació a la informàtica.
Windows 10 Nivell II

Què farem?

Les aplicacions incloses d'Office a Windows 10 com Word i Excel. Altres programes d'office per descarregar lliures: LibreOffice. Les aplicacions multimèdia i d'entreteniment. Com configurar la impressora i altres dispositius. Personalització del tema, pantalla, botons i les xarxes i connexions: wifi, Bluetooth, surface duo.

Docent: Mònica Lucena, llicenciada en Comunicació Audiovisual i experta SEO/SEM.

Dates: 6 sessions, els divendres de 9.30 a 11.30 h, del 3 de novembre al 22 de desembre de 2023.

Durada: 12 hores.

Import: Membres del Grup65: 22 €
Col·legiades no membres: 33 €
Altres: 44 €

Període d'inscripció:

Membres del Grup65: del 18 d'octubre de 2023 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 23 d'octubre de 2023 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aules del COIB.

Nota: No s'explicarà un altre sistema operatiu que no sigui Windows.



Vols llegir llibres digitals en el teu telèfon mòbil o tablet. Com funciona eBibliocat

Què farem?

Explicar com funciona l'eBiblioCat, què és la plataforma de préstec de continguts digitals del Sistema de Lectura Pública de Catalunya accessible a tots els ciutadans amb carnet de biblioteca pública. Entre aquests continguts podeu trobar recursos en diversos formats (llibres, audiollibres, revistes, diaris, pel·lícules, audiovisuals, música, enciclopèdies, obres de referència, partitures ...) i idiomes (català, castellà, francès, anglès, alemany ...).

Permet el préstec d'obres en format digital per poder llegir-les en diferents dispositius: tauletes, telèfons intel·ligents, ordinadors personals o lectors de llibres electrònics (eReaders) compatibles amb DRM (Digital Rights Management) d'Adobe Digital Editions.

Podeu accedir-hi a l'adreça: <https://biblioteca.ebiblio.cat/> i també a les aplicacions mòbils (APPs) disponibles pels sistemes operatius de iOS i Android.

El projecte és promogut en col·laboració amb el Departament de Cultura de la Generalitat, la Diputació de Barcelona i l'Ajuntament de Barcelona.

Amb aquest servei es garanteix la descàrrega, l'accés i la consulta legal de continguts digitals, que s'ofereix a través d'una plataforma senzilla i oberta als usuaris de les biblioteques públiques de Catalunya.

Docent: Marta Perpiñán. Bibliotecària COIB

Dates: 1 sessió, dimecres de 10 a 12 h, el dia 1 de març de 2023.

Durada: 2 hores

Import: gratuït

Període d'inscripció: Membres del Grup65: del 30 de gener de 2023 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 2 de febrer de 2023 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aules del COIB.

Nota: Cadascú ha de portar el seu dispositiu electrònic i s'haurà d'instal·lar l'app gratuïta eBibliodigital.

Han de tenir carnet de les biblioteques públiques de la xarxa de la Diputació de Barcelona o del Consorci de les biblioteques de Barcelona.

Sortides i visites guiades a exposicions fotogràfiques (NOU)

Què farem?

En aquest curs realitzarem sortides a exposicions per tal de descobrir el treball dels fotògrafs contemporanis més representatius. En la classe anterior a la sortida es tractarà i es comentarà l'obra fotogràfica de l'autor/a que visitarem.

L'objectiu del curs és conèixer la fotografia artística i creativa i a través de les obres d'autors coneguts, aprofundir en els aspectes tècnics i en els recursos expressius de la fotografia.

Docent: Martí Casanellas, fotògraf i docent. Llicenciat en Fotografia per la Universitat Politècnica de Catalunya.

Dates: 8 sessions, dimecres de 10 a 13 h, del 18 de gener al 8 de març de 2023.

Import: Membres del Grup65: 86 €
Col·legiades no membres: 129 €
Altres: 172 €

Període d'inscripció:
Membres del Grup65: del 12 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 15 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aules del COIB.

Treu tot el profit a la teva càmera rèflex o compacta

Què farem?

Curs pràctic en el qual aprendrem com funcionen els diferents paràmetres de la teva càmera per tal de treure'n el màxim profit. Realitzarem sortides fotogràfiques per tractar temes concrets.

Objectius

L'objectiu del curs és entendre el funcionament tècnic i els recursos expressius que ofereix la càmera fotogràfica digital i posar en pràctica els temes tractats a cada sessió.

Docent: Martí Casanellas, fotògraf i docent. Llicenciat en Fotografia per la Universitat Politècnica de Catalunya.

Dates: 8 sessions, dimecres de 10 a 13 h, del 15 març al 10 maig de 2023.

Import: Membres del Grup65: 86 €
Col·legiades no membres: 129 €
Altres: 172 €

Període d'inscripció:
Membres del Grup65: del 21 de febrer de 2023 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 24 de febrer de 2023 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aules del COIB.

ACTIVITATS ARTÍSTIQUES I CULTURALS

Passejades per la ciutat amb càmera rèflex o compacta

Què farem?

Les ciutats ofereixen un espai molt interessant per a qualsevol fotògraf: la seva gent, l'arquitectura, els monuments, les formes i els dissenys, les llums, les textures i els colors proporcionen infinits recursos per crear imatges atractives.

Objectius: L'objectiu del curs és, mentre passegem, aprendre el funcionament tècnic i els recursos expressius que ens ofereix la càmera fotogràfica, així com descobrir les tècniques bàsiques del retrat, del reportatge i del paisatge urbà.

Docent: Martí Casanellas, fotògraf i docent. Llicenciat en Fotografia per la Universitat Politècnica de Catalunya.

Dates: 8 sessions, dimecres de 10 a 13 h, del 17 maig al 5 de juliol de 2023.

Import: Membres del Grup65: 86 €
Col·legiades no membres: 129 €
Altres: 172 €

Període d'inscripció:

Membres del Grup65: del 24 d'abril de 2023 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 27 d'abril de 2023 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aules del COIB.

La fotografia de natura amb càmera rèflex o compacta

Què farem?

Aquest curs està destinat a totes aquelles persones que gaudeixen fent fotografia a la natura. Aprendre els mecanismes tècnics i creatius per a fer bones fotografies en aquest tipus d'espais.

És un curs pràctic en el qual realitzarem sortides a diferents espais naturals.

Objectius: L'objectiu del curs és entendre els processos i els materials que intervenen en la presa de fotografies de la natura i conèixer l'equip fotogràfic adequat per cadascuna de les disciplines (paisatge, natura i fauna).

Docent: Martí Casanellas, fotògraf i docent. Llicenciat en Fotografia per la Universitat Politècnica de Catalunya.

Dates: 8 sessions, dilluns de 17 a 20 h, del 18 setembre al 13 novembre de 2023.

Import: Membres del Grup65: 86 €
Col·legiades no membres: 129 €
Altres: 172 €

Període d'inscripció:

Membres del Grup65: del 12 de juny de 2023 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 15 de juny de 2023 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aules del COIB

Fer les fotografies i el disseny de targetes (de Nadal, aniversari...) (NOU)

Què farem?

En aquest curs aprendrem a realitzar elements gràfics com són les targetes de felicitació de Nadal, d'aniversari, de Cap d'Any... Partint d'una proposta concreta, cada alumne farà les fotografies i dissenyarà el producte gràfic a partir d'un programa en línia de retoc.

Objectius: L'objectiu del curs és introduir-se en el camp del retoc i del disseny gràfic i utilitzar la càmera fotogràfica per crear les imatges necessàries per a fer les targetes.

Docent: Martí Casanellas, fotògraf i docent. Llicenciat en Fotografia per la Universitat Politècnica de Catalunya.

Dates: 4 sessions, dilluns de 17 a 20 h, del 20 de novembre al 18 desembre de 2023.

Import: Membres del Grup65: 43 €
Col·legiades no membres: 64,50 €
Altres: 86 €

Període d'inscripció:

Membres del Grup65: del 18 de setembre de 2023 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 21 de setembre de 2023 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aules del COIB.



ACTIVITATS ARTÍSTIQUES I CULTURALS

Teatre

Què farem?

El curs de teatre està enfocat a conèixer, aprendre i assimilar per ser un o una intèrpret de teatre. Apropant els/les alumnes les diferents tècniques actors i proporcionant-los una visió general ens submergirem al món escènic a través del joc, la imaginació i la creativitat per acabar fent al final de curs un espectacle.

Docent: Joan Monells. Actor, director i pedagog teatral. Llicenciat en Art Dramàtic per l'Institut del Teatre i Diplomant en Magisteri amb Estudis de Filologia. Creador de la Companyia de Teatre Frec a Frec especialitzada en Teatre i Educació Especialista en teatre social i comunitari realitzant varis espectacles.

Dates: 32 sessions, dimarts d'11 a 12.30 h, del 24 de gener al 20 de juny i del 3 d'octubre al 19 de desembre de 2023.

Durada: 48 hores.

Import: Membres del Grup65: 107 €
Col·legiades no membres: 160,50 €
Altres: 214 €

Període d'inscripció:

Membres del Grup65: del 12 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 15 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aula del COIB.

Iniciació a les pràctiques artístiques contemporànies

Què farem?

Sovint l'art contemporani ha creat una barrera on els neòfits no s'han sentit interpellats per les noves produccions artístiques. El curs vol trencar amb aquest pretext i donar a conèixer llenguatges i recursos per aproximar-se a la pràctica artística contemporània.

A les sessions es combinaran les presentacions on descobrirem algunes de les obres més representatives de l'art contemporani amb petits exercicis on es posaran en pràctica recursos propis dels/les artistes que anirem descobrint.

Durant el curs es programaran sortides per descobrir les exposicions més destacades que es fan a Barcelona.

Docent: Albert Climent, dissenyador gràfic i docent. Graduat en Belles arts per la Universitat de Barcelona.

Dates: 8 sessions, divendres de 10 a 13 h, del 20 de gener al 10 de març de 2023.

Durada: 24 hores.

Import: Membres del Grup65: 86 €
Col·legiades no membres: 129 €
Altres: 172 €

Període d'inscripció:

Membres del Grup65: del 13 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 16 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aula del COIB.

Nota: No és necessari cap coneixement previ per inscriure's al curs.

La història de l'art entre el passat i el present

Què farem?

En aquest curs es farà un recorregut per algunes obres d'art que expliquen aspectes fonamentals de la seva època i les connexions que es poden establir entre elles i el present. Es tindrà una especial atenció a obres i artistes dones i obres i artistes de contextos propers. Es parlarà d'atenció a la iconografia i sociologia de l'art, així com altres aspectes plàstics que ens ajuden a situar i estudiar les obres.

Docent: Pilar Cruz, historiadora de l'art, comissària d'exposicions.

Dates: 30 sessions, dimarts de 10 a 11 h, de 7 de febrer al 13 de juny i del 12 de setembre al 28 de novembre de 2023.

Durada: 30 hores.

Import: Membres del Grup65: 67 €
Col·legiades no membres: 100,5 €
Altres: 134 €

Període d'inscripció:

Membres del Grup65: del 9 de gener de 2023 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 12 de gener de 2023 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aula del COIB.



Reprenem la pintura

Què farem?
Per començar a pintar no hi ha edat, ni època de l’any. Tant si ets principiant, com si ja tens experiència, hi ha un lloc per a tu. Els que ja portaven temps pintant, reprendran aquesta activitat lúdica i creativa que tant els hi agrada. Les que no ho havien fet mai, començaran a endinsar-se en el meravellós món de la pintura figurativa. A partir d’exercicis senzills, recolzant-nos en el dibuix i el color, anirem avançant en complexitat, composició. La teoria del color s’estudia aplicant-la en la pràctica.

Docent: Miquel Torres, pintor.

Dates: 31 sessions, dilluns de 16 a 19 h, del 16 de gener al 19 de juny i del 18 de setembre al 18 de desembre de 2023.

Durada: 93 hores.

Import: Membres del Grup65: 233 €
Col·legiades no membres: 349.50 €
Altres: 466 €

Període d’inscripció:
Membres del Grup65: del 19 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 22 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aula del COIB.

Dibuixa sense límits

Què farem?
En aquest curs es donaran les eines fonamentals per motivar a l’alumne la curiositat pel dibuix, la creativitat serà un dels principals objectius en aquest programa.

Durant el primer semestre s’ensenyarà a l’alumne les diferències entre els llapis, perquè cadascú serveix i es realitzaran exercicis. La utilització d’eines addicionals per a la utilització dels llapis al dibuix. Es faran esbossos amb línies rectes i exercicis a classe. Es donarà una explicació detallada sobre papers i bases per dibuixar. Desenvolupament d’exercicis d’entonació, forma i figura. Llum i ombra. Dibuix d’objectes de la naturalesa, i es treballarà la llum a la natura.

En el segon semestre, es faran bodegons, llums, ombra i entonació. Figura humana, llums, ombra i entonació. Figura en moviment. Rostre, proporcions, llums i ombres. Desenvolupament d’obra personal. Esbossos i composició. I obra final.

Docent: Luisa Chaves, artista i dissenyadora, curs avançat de l’ofici de pintor al Museu d’art modern, i amb exposicions a: França, Barcelona, Alzira i Múrcia.

Dates: 16 sessions, dimarts de 10 a 12 h, del 7 de febrer al 30 de maig de 2023.

Durada: 32 hores.

Import: Membres del Grup65: 92 €
Col·legiades no membres: 138 €
Altres: 184 €

Període d’inscripció:
Membres del Grup65: del 30 de gener de 2023 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 2 de febrer de 2023 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aula del COIB.

Nota: No és necessari cap coneixement previ per inscriure’s al curs.

Restauració i conservació del moble antic

Què farem?
Aprendrem a identificar les patologies en cada cas i a realitzar les tècniques curatives necessàries, (desinfecció, neteja, consolidació, reintegració, color, vernissos i acabats) tot realitzat sota l’observança dels principis ètics que regeixen la professió del conservador i restaurador.

Docent: Maria Rosa Garcia Bernet, llicenciada en Belles Arts, especialitat de Conservació i Restauració per la Universitat de Barcelona. 1994. Directora de l’Escola Ecore, Escola de Conservació i Restauració d’Obres d’Art de Barcelona.

Dates: 34 sessions, dimarts de 16.30 a 19.30 h, del 17 de gener al 13 de juny i del 19 de setembre al 19 de desembre de 2023.

Durada: 102 hores.

Import: Membres del Grup65: 255 €
Col·legiades no membres: 382,50 €
Altres: 510 €

Període d’inscripció:
Membres del Grup65: del 16 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 19 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aula del COIB.

Restauració d'objectes antics (ceràmiques, metalls, olis, escultura)

Què farem?

Reconèixer cada material, establir patologies i problemes que presenta cada peça, triar el procés de restauració adient en cada cas, portar a terme el conjunt d'actuacions per a solucionar les malalties i deixar la peça en bon estat de salut tant a nivell estètic com a nivell de materials compositius.

Docent: Maria Rosa Garcia Bernet, llicenciada en Belles Arts, especialitat de Conservació i Restauració per la Universitat de Barcelona. 1994. Directora de l'Escola Ecore, Escola de Conservació i Restauració d'Obres d'Art de Barcelona.

Dates: 33 sessions els dimecres de 10 a 13 h, del 18 de gener al 14 de juny i del 13 de setembre al 20 de desembre de 2023.

Durada: 99 hores.

Import: Membres del Grup65: 248 €
Col·legiades no membres: 372 €
Altres: 496 €

Període d'inscripció:

Membres del Grup65: del 14 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 19 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aula del COIB.



Anem al Liceu?

Què farem?

Si t'agrada l'òpera, aquest és el teu curs. Farem un passeig per l'òpera a través de dues obres que es representaran al Gran Teatre del Liceu en els mesos de febrer i març del 2023, Macbeth de Verdi i Alcina de Händel.

Abans d'assistir a cada òpera, escoltarem les obres i situarem l'autor en el context històric i analitzarem amb suports audiovisuals els trets formals, melòdics, harmònics, instrumentals i el tractament de les veus, de manera entenedora i lúdica.

Docent: Cristina Escolà, soprano, divulgadora musical i directora de coral. Ha cursat els estudis de grau professional i posteriorment els superiors al Conservatori Superior de Música del Liceu. També ha participat a masterclass de cantants de prestigi. Amplia la seva formació realitzant els estudis d'art dramàtic a l'Institut del Teatre de la seva ciutat i els d'història de l'art a la U.A.B. Ha protagonitzat diferents òperes com "L'elisir d'amore" de Donizetti, "La Medium" de Menotti, o "Don Giovanni".

Com a solista de sarsuela ha protagonitzat entre d'altres: "Cançó d'amor i de guerra" i "La Legió d'honor" de R. Martínez Valls.

Actualment, combina la seva tasca d'interpret amb la docència, la divulgació musical, i la direcció coral i teatral.

Dates: 12 sessions, els dimecres de 10 a 11.30 h, de l'1 de febrer al 26 d'abril de 2023.

Durada: 18 hores.

Import: Membres del Grup65: 84 €
Col·legiades no membres: 126 €
Altres: 168 €

Període d'inscripció:

Membres del Grup65: del 16 de gener de 2023 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 19 de gener de 2023 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aula del COIB.

Rutes culturals

Què farem?

Coneixerem la vessant artística de la ciutat de Barcelona a través d'un passeig per la ciutat.

Docent: Carolina Chifoni, historiadora de l'art, gestora cultural, documentalista i guia.

Dates: Dos grups de matí d'11 sessions cadascun, els dimarts de 10 a 13 h.

La Gran Via de les Corts Catalanes, des de l'antic Hotel Ritz fins al passeig de Sant Joan

Tornarem a passejar per un dels trams més antics de la Gran Via de les Corts Catalanes, on encara hi trobem antics palaus, cases de renda, seus empresarials del text català, botigues, hotels, escultures..., com l'antic Hotel Ritz (actual Palace Hotel Barcelona, la Font de Diana (1913), la Farmàcia Vilardell (1914), la Casa Camil Muleras (1903-1905), Casa Ramon Oller (1900-1901), la Casa Maria Robert (1888-1890), la seu empresarial de la Fabra i Coats (1941-1944)... És a dir arquitectes com Enric Sagnier Villavecchia, Pau Salvat i Espasa, Salvador Viñals, Ramon Duran i Reynals, escultors com Venanci Vallmitjana.

Punt de sortida: Gran Via de les Corts Catalanes, 668/ Roger de Llúria (banda mar i Besòs. Metro: L2,L3, L4: Passeig de Gràcia o L2: Tetuan. Bus: 39, 47 V15, H12)

Dimarts, 17 i 24 de gener de 2023, de 10 a 13 h.

Botigues històriques de la drete de l'Eixample(3)

Continuem passejant per la drete de l'eixample, centrant-nos en l'ampli ventall d'establiments emblemàtics i històrics que hi trobem. Ens trobem prop, on ho vam deixar, al costat a la cruïlla Consell de Cent/Bailen, i continuarem descobrint comerços plens d'història i ubicats en espais sorprenents. Recuperem la història per mitja de la mirada del comerç.

Punt de sortida: Girona/Consell de Cent 397(davant IES López Vicuna) (Metro: L4: Girona. Bus: 54, 67, H10, H12, V17).

Dimarts, 14 i 21 de febrer de 2023, de 10 a 13 h.

Tot baixant el carrer de Balmes (2) des de Sant Gervasi

Continuarem baixant el carrer de Balmes, encara dins de l'antic territori de Sant Gervasi de Cassoles, tot just on acaba al voltant de la Plaça Molina, mes a prop de Gràcia, i anirem recuperant el seu passat agrícola i rural, a l'hora que descobrim la seva transformació com a carrer residencial, ple de cases de renda i de lloguer, aixecades en les darreries del segle XIX i principis del XX.

Punt de sortida: Plaça Molina (enmig). FGC: L7: Plaça Molina - Sant Gervasi, Bus:27, 68, D40, H6,V15).

Dimarts, 14 i 21 de març de 2023, de 10 a 13 h.



Visita la biblioteca Sant Martí-Gabriel García Márquez i els seus voltants

Dedicarem el matí a descobrir la recent inaugurada (28/5/2022) Biblioteca de Sant Martí, dedicada a l'escriptor Gabriel García Márquez (Colòmbia 1927-Mèxic 2014), donat el vincle de l'escriptor amb la ciutat, on va viure i escriure (1967-1975) i copsarem la proposta arquitectònica d'Elena Orte i Guillermo Sevillano i la magnífica proposta de literatura llatinoamericana.

Punt de sortida: Rambla Guipúscoa/Agricultura (Metro: L2: Sant Martí. Bus:33,V29, H10)

Dimarts, 11 i 18 d'abril de 2023 de 10 a 13 h.

Visita als jardins de Can Cluset i als de Can Buxeres a l'Hospitalet de Llobregat

Viatjarem al veí municipi de l'Hospitalet de Llobregat, redescobrim el seu passat agrícola i industrial, visitant alguns dels edificis que encara evoquen el seu passat, a l'hora que fruïm d'alguns dels parcs més emblemàtics de la ciutat veïna.

Punt de sortida: Av. Josep Tarradellas: Estació: Hospitalet de Llobregat (Rodalies: R1, R3, R4 i R7) (zona tarifària 1)

Dimarts, 9 i 16 de maig de 2023 de 10 a 13 h

Ciutat vella, passatge a passatge

Passejarem per la part més antiga de la ciutat de Barcelona, seguint com a pauta aquests petits carrers, alguns més amagats que d'altres, que ens permeten redescobrir el centre de la ciutat, des de l'antic barri de Sant Pere fins al barri Gòtic. Alguns d'origen industrial, d'altres lligats a establiments...

Punt de sortida: Ronda de San Pere / Bruc (Metro: L1 i L4: Urquinaona. Bus: 47,67,D50, H16)

Dimarts 6 i 13 de juny de 2023 de 10 a 13 h

Passeig per les llibreries de l'eixample, de dreta a esquerra

Passejarem per l'eixample barceloní, redescobrim llibreries emblemàtiques, algunes històriques i d'altres recent nascudes. Des de la Llibreria Jaimes o llibreria Francesa, a la Documenta, la Casa del Llibre, l'Ona, la Laia, passant per la llibreria Altair, l'Alibri o la Finestres. Tot un recorregut literari per un dels barris més llegits de la ciutat.

Dimarts 4 i 11 de juliol de 2023 de 10 a 13 h.

La Barcelona de Puig i Cadafalch (1). Del Palau Macaya a casa seva

Redescobrirem la petjada d'aquest arquitecte, historiador, matemàtic i polític en la ciutat de Barcelona (1867-1956), on va estudiar, va viure, va exercir com a arquitecte amb edificis com el Palau Macaya (1898-1900), la Casa Terrades o "les Punxes" (1903-1905), el Palau del Baro de Quadras (1904-1906), Can Serra, Casa Puig i Cadafalch (1917)....

Punt de sortida: Passeig de Sant Joan/ Diagonal (enmig del passeig i darrera escultura Verdaguer). (Metro: L4 i L5: Verdaguer. Bus: 6, 19, 33, 34, 50, 55, D50, V19).

Dimarts 7 i 14 de novembre de 2023 de 10 a 13 h.

Barcelona, sang i fetsge, visita als indrets on el crim i la mort han sigut protagonistes a la ciutat

Recuperarem indrets de la Barcelona antiga, concretament anirem des del Raval al barri gòtic, i redescobrirem espais i antics edificis que varen ser seu de la mort, fruit del càstig, la tortura, la injustícia...

Punt de sortida: La Rambla/Tallers: Davant la Font de Canaletes (Metro: L1 i L3: Catalunya. FGC: Catalunya. Bus: 55, 59, 67, V13, V15, H16, D50).

Dimarts 19 i 26 de setembre de 2023 de 10 a 13 h.

Visita al conjunt monàstic de Sant Pau del Camp (segle X)

Redescobrirem l'antic conjunt monàstic de Sant Pau del Camp, que ens porta fins al segle X, en l'antic Raval de la ciutat medieval de Barcelona. Visitarem la part que ens ha arribat als nostres dies, que seria l'església i el Claustre, els jardins, etc.

Punt de sortida: La Rambla / Sant Pau (Metro: L3: Liceu. Bus: 59, V13)

*L'activitat té un cost de 4 euros per persona.

Dimarts 3 i 10 d'octubre de 2023 de 10 a 13 h

Descoberta de les fàbriques d’indianes al Raval

Una manera distinta de redescobrir la història del Raval, com un barri industrial, on les Cases-fàbriques vinculades a la producció de les indianes, va marcar part de la seva història, principalment entre els segles XVIII i XIX. Algunes d’aquestes architectures ens han arribat al segle XXI, abandonades, transformades, recupera-des. Una manera diferent de recuperar la història d’un barri, sovint massa oblidat pel barceloní.

Punt de sortida: Plaça Universitat (enmig). Metro: L1 i L2: Universi-tat. Bus: 54, 55, 59, 63, 67, V13, H12, H16, D50).

Dimarts 5 i 12 de desembre de 2023 de 10 a 13 h.

GRUP A de 10 a 13 h		GRUP B de 10 a 13 h	
17-gen	14-febr	24-gen	21-febr
14-març	11-abr	21-març	18-abr
9-maig	6-juny	16-maig	13-juny
4-jul	19-set	11-jul	26-set
31-oct	7-nov	10-oct	14-nov
5-des		12-des	

Durada: 33 hores.

Import: Membres del Grup65: 75 €
Col·legiades no membres: 112,5 €
Altres: 150 €

Període d’inscripció:
Membres del Grup65: del 19 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 22 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.

Barcelona i l’art, redescobrim els seus museus emblemàtics

Què farem?
Es tracta d’una altra manera de descobrir la història de la ciutat de Barcelona, per mitjà dels seus museus més importants i valuosos. Són visites culturals a peu, desenvolupades en els interiors de les architectures museístiques, sense dependre de la meteorologia.

Durant el curs es faran les següents visites:

- **Descoberta del Museu d’Història de la ciutat de Barcelona, el MUHBA**

dijous 19 de gener de 2023, de 10 a 13 h.

- **Descoberta del Museu Arqueològic de Barcelona**

dijous 23 de febrer de 2023, de 10 a 13 h.

- **Descoberta del MNAC, del romànic al segle XX**

dijous 16 de març de 2023, de 10 a 13 h

- **Museu Marítim de Barcelona, de les Drassanes a Monturiol**

dijous 13 d’abril de 2023 de 10 a 13 h

- **El Museu Picasso, enmig del barri de la Ribera**

dijous 11 de maig de 2023 de 10 a 13 h

- **El Museu d’Art Contemporani de Barcelona , el MACBA, l’art dels segles XX i XXI**

dijous 8 de juny de 2023 de 10 a 13 h

- **La Fundació Joan Miro, entre l’art i l’arquitectura**

dijous 6 de juliol de 2023 de 10 a 13 h.

- **La Fundació Antoni Tàpies, de l’editorial Montaner i Simon a l’art contemporani**

dijous 21 de setembre de 2023 de 10 a 13 h.

- **El CaixaForum Barcelona, de la fàbrica Casaramona a les exposicions temporals**

dijous 5 d’octubre de 2023 de 10 a 13 h.

. **El Museu de Ciències Naturals, de l’antic Museu de Zoologia al segle XX**

dijous 9 de novembre de 2023, 10 a 13 h.

- **El Museu del Disseny de Barcelona, el DHUB enmig de la plaça de les Glòries**

dijous 14 de desembre de 2023 de 10 a 13 h.

Docent: Carolina Chifoni, historiadora de l’art, gestora cultural, documentalista i guia.

Nota: Cal considerar que tots són espais de pagament, on es gestiona com sempre s’ha fet el preu de grup, i les reduccions per ser majors de 65 anys, i les possibles bonificacions com: carnet de Biblioteca. S’informarà prèviament del preu de l’entrada, i el pagament es farà de forma individual en el mateix museu el mateix dia de la visita.

Durada: 33 hores.

Import: Membres del Grup65: 75 €
Col·legiades no membres: 112,5 €
Altres: 150 €

Període d’inscripció:
Membres del Grup65: del 19 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 22 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.

Espai Grup de lectura

Què farem?
Aquest espai es realitza conjuntament amb el servei de biblioteca del COIB i la seva responsable és la Marta Perpiñan. Els llibres els haurà d’aconseguir cadascú. La programació del llibre a tractar pot canviar si no hi ha disponibilitat.

Dates: 10 sessions, els tercers dijous lectius de cada mes, de 12 a 13.30 h, del 20 de gener al 15 de desembre de 2023.

- 19 de gener: Sola de Carlota Gurt.
- 16 de febrer. Hamnet de Maggie O’Farrell
- 16 de març: La companyia nòrdica de Albert Vilaró
- 20 d’abril: Existiríamos el mar de Belen Gopegui
- 18 de maig: Un amor de Sara Mesa
- 15 de juny: Galetes de mel i gingebre de Alba Sabaté
- 21 de setembre: El meu anys de repòs i relaxació
- 19 d’octubre: Jugar-s’hi la vida de Màrius Serra
- 16 de novembre: Els nois de Toni Sala
- 21 de desembre: El temple dels pobres d’Alfred Bosc h

Import: Gratuït

Període d’inscripció:
Membres del Grup65: del 12 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 16 de desembre de 2022 fins a exhaurir les places.

Cinefòrum

Què farem?
La naturalesa del cinema té a veure amb la necessitat de l’home per comprendre el món. Per què va la gent al cinema?, què el porta a asseure’s en una sala fosca, durant 2 hores observa en una pantalla?

Potser la gent va al cinema cercant experiència de la vida, perquè el cinema amplia, enriqueix i aprofundeix l’experiència de l’home, aquesta és la finalitat del nostre cinefòrum.

Docent: Haidé Pulido, administrador de sistemes informàtics.

Dates: 9 sessions, dimecres a les 17 h.

- 8 de febrer: Belfast
- 15 de març: Lucky
- d’abril (a determinar data): A la vuelta de la esquina
- 3 de maig: Call me by your name
- 7 de juny: CODA
- 13 de setembre: Quien te cantará
- 4 d’octubre: Otra ronda
- 8 de novembre: Una segunda madre
- 13 de desembre: Mandarinas

Import: Membres del Grup65: 1 €
Col·legiades no membres: 2 €
Altres: 3 €

Període d’inscripció:
S’obriran un mes abans de la projecció de cada pel·lícula.

Lloc: Aules del COIB

Taller de creació en art contemporani

Què farem?
L’art contemporani contempla vies d’expressió molt diverses. Durant el curs coneixerem i entendrem els principals conceptes i llenguatges utilitzats en les pràctiques artístiques contemporànies.

Partint dels recursos apresos i amb l’ajuda de referents, treballarem en petits projectes que fomentaran la creativitat.

Descobrirem vies sorprenents per formalitzar les nostres idees.

Combinarem les sessions a l’aula amb sortides a les exposicions més destacades que es facin a Barcelona.

Docent: Albert Climent, dissenyador gràfic i docent. Graduat en Belles arts per la Universitat de Barcelona.

Dates: 8 sessions, els divendres de 10 a 13 h, del 14 d’abril al 2 de juny de 2023.

Durada: 24 hores.

Import: Membres del Grup65: 86 €
Col·legiades no membres: 129 €
Altres: 172 €

Període d’inscripció:
Membres del Grup65: del 20 de febrer de 2023 fins a exhaurir les places.
Col·legiades i altres: del 23 de febrer de 2023 fins a exhaurir les places.

Lloc: Aules del COIB

Nota: No és necessari cap coneixement previ per inscriure’s al curs.

Espai Grup 65

Els Espais Grups estan pensats per compartir coneixements o inquietuds entre els mateixos components del Grup 65. Per tant, són tallers gratuïts, guiats per una component que aporta al grup la seva experiència.

Espai Grup 65 d’iniciació al patchwork

Aquest taller serà de nivell bàsic i s’hi elaborarà un coixí amb la tècnica d’aplicació.

Dates: 4 sessions, els dimecres de 16 a 18 h, de l’1 de febrer al 22 de febrer de 2023.

Lloc: Aula 103.

A càrrec de Loreto Bou.

Nota: El material anirà a càrrec dels participants. Cal portar un mínim de material que es demanarà al moment de la inscripció.

Inscripcions obertes del 16 de gener de 2023 fins a exhaurir les places.

És una activitat gratuïta.

TALLERS

La informació ampliada d'aquests tallers la rebreu per correu properament.

- Iniciació al brodat
- Calligrafia japonesa
- Pintura de mocadors de roba
- Ecoprint, que és la tècnica de traslladar amb pigments naturals i les formes de fulles i flors a un teixit

SORTIDES A CASES SINGULARS

-**Llotja de Mar**: dissabtes o diumenges. Preu: 14 €

-**Palauet Casades** (seu de l'ICAB): de dilluns a divendres matins. Preu: 14 €

-**Palau Baró de Quadres**: divendres matí. Preu: 14 €

-**Reial Acadèmia de Belles Arts de Sant Jordi**: de dilluns a divendres al matí. Preu: 14 €

Inscripcions: Rebreu informació ampliada amb suficient temps d'antelació.

SORTIDES

-**FEBRER**: visita a les colònies tèxtils, de la mà de la historiadora Assumpta Montellà.

-**MARÇ**: Sitges, amb visita al centre històric.

-**ABRIL**: Cambrils, amb visita guiada al Parc de Samà.

-**MAIG**: viatge a Nàpols i Pompeia.

-**JUNY**: sortida a Formentera, dos dies.

-**ESTIU**: viatge a Normandia, amb Assumpta Montellà

-**SETEMBRE**: Tossa i Calella, amb visita als fars.

-**OCTUBRE**: visita a les Bodegas Sommos i Barbastro. 2 dies

-**NOVEMBRE**: Sortida Setè camió, també amb la historiadora Assumpta Montellà

Inscripcions: Rebreu informació ampliada amb suficient temps d'antelació.

ACTIVITAT GRUP65 AL BAGES

Jocs de taula

Què farem?
Conèixer i practicar jocs de taula nous que ens faran activar la ment i ens ajudaran a gaudir d'un espai relacional agradable i lúdic.

Docent: dinamitzadors de la Fundació La Xarranca

Dates: 3 sessions, els dimecres a la tarda de 17 a 19 h

17-gener / 14-febrer / 21-març

Import: Membres del Grup65: 33 €
Col·legiades no membres: 49,50 €
Altres: 66 €

Inscripcions: Rebreu informació ampliada amb suficient temps d'antelació.

Lloc: CAE. Carrer del Cintaires, 32. Manresa