



# ANEM-HI

ACTIVITATS SOCIOCULTURALS

**Abril, Maig i Juny 2009**

**ASSOCIACIÓ DISCAPACITAT VISUAL CATALUNYA**



**B1 B2 B3**

# SUMARI

**03 ACTIVITATS PROGRAMADES**

**12 CURSOS**

**13 ACTIVITATS ESPECIALS**

**15 INFORMACIÓ D'INTERÈS**

Amb aquestes activitats, la nostra entitat es proposa que les persones amb qualsevol grau de discapacitat visual, que pot ser total (B1), severa (B2) o lleu (B3) , així com els seus familiars, amics i tota la societat, disposin d'una àmplia oferta d'oci confeccionat a la seva mida.

Mercès a l'ampli equip de voluntaris de la nostra associació, les persones cegues sense acompanyant, compten sempre amb un d'aquests voluntaris al seu costat.

El cost de totes les sortides que realitzem és veritablement excepcional, tota vegada que es financen en part amb els nostres pressupostos.

Les nostres activitats són un important punt de trobada per això que la participació n'és un punt clau.

Us animem doncs a acompanyar-nos en elles i a aportar les vostres opinions.

# ACTIVITATS PROGRAMADES

## **Abril 10,11,12 i 13** “País Vasc” per Setmana Santa

Al programa anterior ja varem presentar aquest magnífic viatge per les Terres d'Euskadi, on visitarem Vitòria, Sant Sebastià, etc. Ens acompanyaran uns guies que ens explicaran molts detalls d'aquesta magnífica terra. I una cosa que podem assegurar és que ens ho passarem molt bé.

## **Abril Dissabte 18** “Teatre Liceu” Die Meistersinger von Nürnberg (audiodescrita)

Òpera en tres actes de Richard Wagner, on trobem alguns elements d'òpera còmica que sorprenen en el conjunt de l'obra wagneriana, en què dominen clarament els elements



tràgics. Es basa en diverses cròniques medievals sobre les confraries burgeses de mestres cantaires, especialment una edició de la *Crònica de Nuremberg*. L'acció es situa a mitjan segle XVI, a la ciutat de Nuremberg.

**Hora i lloc: 17:45 Casa Golferichs/18:15 Liceu**

**Preu: 8€**

### **Abril Diumenge 19** “Les Tines a les Valls del Montcau”

Passejarem pel Delta del Llobregat on escoltarem la història d'aquest, com també escoltarem els diferents ocells que viuen a la zona. La visita serà guiada per un paratge natural que actualment pateix contínues transformacions determinades pel difícil equilibri entre el mar i la terra i per les variacions del riu.

**Lloc i hora: 10h Casa Golferichs**

**Preu: 4€ (transport i guia)**

### **Abril Diumenge 26** “Caminada dels turons” (Collserola)

Iniciarem el nostre camí a Vila Joana on esmorzarem. D'aquí ens dirigirem cap a la pedra megalítica i seguirem caminant vers el turó de Sant Sarrià. Allargarem una mica el camí per arribar al turó de la Magarola i tornar ja cap a casa. Aproximadament són uns 12Km. Dificultat mitjana.

**Lloc i hora: 9h Casa Golferichs**

**Preu: Activitat gratuïta del trimestre!!**

### **Abril Dilluns 27** “Pasi3n Vega” al Liceu

Hem programat el concert que farà Pasi3n Vega al Liceu. Per la seva importància i per la seva manera de recrear i actualitzar el clàssic adaptant-ho a un estil propi, “Gracias a la Vida”, és un àlbum essencial de la cantant. Cançons que han

restat i restaran a la memòria de generacions són ara interpretades per una veu de seda, delicada, suau, dúctil i amb un vol especial; respectada i de gran abast popular.

**Lloc i hora: 19:30 Golferichs /20:15 Liceu**

**Preu: 25€**

### **Abril Dijous 30 “Festival Tiflollibre”**

Dia en que ens ajuntarem a l'Auditori del Caixa Fòrum, on realitzarem un acte poètic-musical per celebrar el bicentenari de Louis Braille on diverses persones del món mediàtic i companys nostres, ens faran lectures en veu alta. Es presentaran diversos estils literaris. Serà un acte de reivindicació per la utilització del llibre parlat i del braille. Estarà amenitzat amb música en directe, oferta per alguns socis de l'Associació. En breu rebreu una carta amb més informació.

**Lloc i hora: 18:30 Golferichs / 19:00 CaixaFòrum**

**Preu: Gratuït**



### **Maig Diumenge 3 “Salut i platja”**

A qui no li agrada fer una mica d'exercici i a més si estàs al costat de la platja de la Barceloneta?. Oferim una matinal esportiva amb exercicis suaus per mantenir el cos en forma

d'una manera sana i natural. Tothom està convidat a estirar una mica el cos fent moviments relaxants, cosa que a vegades, pel nostre ritme de vida és complicat.

**Lloc i hora: 10'30h Casa Golferichs**

**Preu: Gratuït**



### **Maig Dissabte 9 “Descobrint Veneçuela”**

Veneçuela és una de les portes d'entrada a Amèrica del Sud per la zona caribenya, una terra plena de contrastos: mar, selves, deserts, muntanyes, amb una gent meravellosa. Va ser el punt exacte on Cristòfol Colón va trepitjar la terra americana per primer cop des de l'altre costat de l'oceà. Tot això i moltes coses més ens presentarà Albert de Jesús en una xerrada per conèixer més sobre aquest gran país. Ho farà a través de la seves experiències adquirides en estades al país. Gràcies a això podrem viatjar amb ell, però sense moure'ns de l'associació.

**Lloc i hora: 18h, a la nostra Seu**

**Preu: Gratuït**

## **Maig Diumenge 10 “Passeig per la història”**

Rosa Gratacós ens guiarà a través d'un recorregut per la cultura catalana del s.XIX, l'època de la Renaixença, que coneixerem a través de les arts: escultura, pintura, arquitectura, arts decoratives, arts escèniques i cinema. Podrem conèixer aquesta època gràcies a algunes peces ubicades al Museu d'Història i a les seves explicacions.

**Lloc i hora: 10h Casa Golferichs**

**Preu: 8€**

## **Maig Divendres 15 TNC**

**“La Casa dels Cors Trencats” (audiodescrita)**

*La casa dels cors trencats* és una de les grans obres de George Bernard Shaw. Situada en una casa que funciona com a metàfora d'un vaixell i protagonitzada per aristòcrates ridículs, pretendents excèntrics i dones iconoclastes que desafien la hipocresia moral i les convencions socials de l'època, l'autor irlandès pinta un fresc magnífic de relacions impossibles en un món a la deriva marcat pel conflicte bèl·lic.

**Lloc i hora: 19h Casa Golferichs**

**Preu: 18€**

## **Maig Diumenge 17 “L'estany de Banyoles”**

En Joan Martin ens portarà per l'Estany de Banyoles i Les Estunes. El recorregut per l'Estany ens permetrà conèixer tots els matisos d'aquest magnífic paratge. Es tracta d'un circuit planer d'uns 8 km. Després visitarem les Estunes, una zona boscosa de roures i alzines molt alts, on ens podem endinsar.

**Lloc i hora: 9h Casa Golferichs**

**Preu: 25€ (inclou autocar, guia i esmorzar)** \*Cal portar dinar

## Maig Dimecres 20

“Música vocal a les catedrals del Renaixement”

La Fundació Sida i Societat ens ofereix un magnífic concert a les cotxeres del Palau Robert. Més concretament *Música Reservada de Barcelona* interpretarà música polifònica del segle d'or de compositors catalans com Joan Pau Pujol i Nicasi Çorita, i dels mestres de les dues escoles més importants d'Espanya al s.XVI: el sevillà Francisco Guerrero i el castellà Tomas Luis de Victora, dos dels genis més grans del Renaixement europeu.

**Lloc i hora: 19h Casa Golferichs**

**Preu: 4€ (els beneficis aniran destinats a TINGUES SA-LUT: prevenció i atenció de la Sida a Guatemala)**



## Maig Diumenge 24 Museu del Ferrocarril

Un museu del ferrocarril? Us preguntareu... Doncs sí!. És un museu on, a part de gaudir d'unes instal·lacions que són patrimoni industrial, concretament a l'antic dipòsit de locomotores de Vilanova i la Geltrú, construït a finals del segle XIX, podem passejar per un seguit de trens, des d'aquells que



tenien els seients de fusta i funcionaven amb vapor, fins els actuals.

**Lloc i hora: 10h Casa Golferichs**

**Preu: 10€ (transport, entrada museu i guia al museu)**

## Maig 30, 31, i 1 “Viatge a Madrid”

Aprofitant la segona Pasqua farem una viatge a Madrid per conèixer la capital. Només farem un tastet degut a que és una ciutat molt gran i es necessita molt de temps per recórrer-la. A part de visitar el més típic farem una visita al museu Tiflògic, un museu per a discapacitats visuals on s'exposen maquetes de monuments espanyols i estrangers, obres d'artistes cecs i altre material tiflògic. Pròximament us enviarem una carta amb informació detallada.

## Juny Diumenge 7

### DIADA DEL SOCI ”Delícies del Moianès”

La Diada del Soci és un dia especial per trobar-nos, tan socis com voluntaris, i poder gaudir d'un espai tan maco com pot ser el Moianès. Visitarem el Monestir de l'Estany que es compon d'església i claustre d'origen romànic i d'una sèrie de dependències annexes de construcció posterior. En Joan Pallarès ens ho explicarà amb més detall, a part d'alguna que altra sorpresa que ens anirem trobant al llarg del dia. Tot i ser



el dia de les eleccions europees us convidem que vingueu, ja que l'hora de tornada serà cap a les 18h de la tarda, amb prou temps per a assistir a les urnes.

**Lloc i hora: 8h Casa Golferichs**

**Preu: 30€ (inclou transport, guia, esmorzar i dinar)**

### **Juny Diumenge 14** Visita al Parlament de Catalunya

El Parlament, l'espai on es representa el Poble de Catalunya, amb funcions legislatives, electives i de control del Govern, és un àmbit central en la vida de Catalunya. I nosaltres tindrem el plaer de poder passejar pel Parlament amb una guia que ens explicarà una mica la història de l'edifici, conjuntament amb el funcionament actual d'aquest.

L'edifici del Palau del Parlament és l'antic arsenal de la Ciutatadella, aixecada per ordre de Felip V per assegurar-se el domini de Barcelona i, amb ell, subjectar tot Catalunya. Va ser esfondrada l'11 de setembre de 1714 i es començaren les obres de l'edifici actual l'1 de març de 1716.

**Lloc i hora: 10h Casa Golferichs**

**Preu: Gratuït**

### **Juny Diumenge 21** "Visita Casa Alegre" a Terrassa

A finals del segle XIX, l'hereva de la família Sagrera, Mercè de Sagrera, es casa amb l'industrial tèxtil, vinculat a l'oligarquia local, Francesc Alegre i Roig.

Mercè aporta al matrimoni la casa del carrer de la Font Vella, i el 1911 es porta a terme una ambiciosa reforma de l'edifici amb un estil eclèctic que incorpora elements d'inspiració modernista.

L'edifici reformat està constituït per un soterrani, una planta baixa, un primer pis i unes golfes.

Destaquen especialment els treballs de forja, els mosaics, els vitralls emplomats i pintats, les pintures murals i els relleus escultòrics.

Gràcies a la Diputació de Barcelona actualment la casa compta amb maquetes i explicacions en braille.

**Lloc i hora: 9h Casa Golferichs**

**Preu: 8€ (inclou transport i guia)**



## **Juny Diumenge 28 “Castell de Montsoriu”**

La Flor Fernández ens durà a Arbúcies per passejar per una pista molt agradable vers el castell de Montsoriu. Un cop haguem visitat el Castell iniciarem el camí de retorn.

El Castell de Montsoriu, considerat un dels millors exemples d'arquitectura militar d'època gòtica de Catalunya, i residència dels vescomtes de Cabrera entre les darreries del segle XIII i el XIV, és un dels patrimonis històrics més destacats de la vall i, des del turó on està ubicat, es pot gaudir d'una vista impressionant.

Aproximadament 17 Km. Dificultat mitja-alta.

**Lloc i hora: 9h Casa Golferichs**

**Preu: 28€ (inclou transport, guia i esmorzar)**

\*Cal portar dinar

# CURSOS

## **Economia bàsica “Moment actual”**

**Dissabte 6 de Juny**

Un voluntari de la Caixa ens farà una conferència sobre l'estat actual de l'economia. Ens exposarà com ens afecta la crisi, com estan les hipoteques i com va l'Economia. Vaja, ens posaran al dia sobre com “sobreviure” en els moments que estem passant actualment, que ens obliguen a ajustar-nos el cinturò.

**Lloc i hora: 18h, a la nostra Seu**

**Preu: Gratuït**

## **Autoestima i adaptació a la discapacitat visual**

**Dissabte 27 de Juny**

Encara que el curs es dirigeix especialment a les persones amb discapacitat visual, qualsevol persona serà benvinguda i creiem que assistint a aquest curs tothom es sentirà millor. L'autoestima és la valoració que fa cada persona de si mateixa. Té molt a veure amb l'autoconcepte, que és la forma en què cada un es percep. Aquest “autoconcepte” es construeix a través del temps mitjançant la informació que ens arriba dels altres i que s'afegeix al concepte que es té d'un mateix. És per això que una bona autoestima sol provocar un efecte positiu en cadena en la vida de les persones i els diversos processos a què s'ha de fer front s'encaren amb seguretat, motivació i una dosi extra d'optimisme. El curs ens l'oferirà en Manel Martí.

**Lloc i hora: 18h, a la nostra Seu**

**Preu: Gratuït**

# ACTIVITATS ESPECIALS

## Sessions de Reiki

Un grup de voluntaris, de l'associació Integra Reiki, ens ofereixen sessions de Reiki de forma gratuïta per a tothom qui vulgui. Amb això fan una tasca solidària i, a més, donen a conèixer aquesta pràctica mèdica xinesa, reconeguda com a eficaç en molts indrets.

Vine tots els divendres que vulguis!! (millor si truqueu abans).

**Lloc i hora:**

**Tots els divendres de 18h a 20h, a la nostra Seu**

**Preu: Gratuït**

## Penya Blaugrana

Els dies de partit ens reunim la Penya Barcelonista A.C.C. al restaurant Royal Express, perquè un partit amb companys d'afició sempre és molt més agradable.

El restaurant està situat al carrer Cardenal Reig 18, cantonada amb el carrer Poblet, a poc menys de dos-cents metres del mateix Camp Nou i a cinquanta de la nostra seu.

Ens comencem a trobar mitja hora abans del partit i gaudim de l'ambient i la companyia. Vine i t'ho passaràs bé!

**Lloc i hora: Cada dia que hi ha partit, mitja hora abans de començar. (C/Cardenal Reig,18)**

**Preu:Gratuït**

# INFORMACIÓ D'INTERÈS

## **Grup d'Incondicionals de l'Òpera al Liceu de l'Associació (GIOLA)**

Per a satisfer el desig d'alguns socis, des de l'Associació constituïm el Grup d'Incondicionals de l'Òpera al Liceu de l'Associació (GIOLA)

Aquest grup serà apuntat en bloc a totes les òperes que es facin des de l'àrea general d'animació, a més de les funcions que us comunicarem a principi de temporada. També estarà obert a participacions esporàdiques, sempre que en disposem de places suficients.

Ens complaurà molt comptar amb vosaltres, els habituals, els incondicionals, els de sempre; i amb tots aquells que se'ns vulguin afegir per a gaudir de la música d'òpera i de l'espai del Liceu. Apunteu-vos, ja, que hem de preparar la temporada vinent!

## **Activitat gratuïta del trimestre**

Cada trimestre des de l'Associació Discapacitat Visual Catalunya: B1+B2+B3 oferirem una activitat gratuïta, en aquest cas serà la "Caminada dels Turons", per Collserola. Hem decidit oferir una activitat gratuïta perquè tothom pugui gaudir amb nosaltres de les activitats d'animació de l'Associació.

## GRUP CULTURAL

Totes aquelles persones que pugueu assistir a actes avisats en poc temps, que estigueu interessats en conèixer l'oferta cultural del moment, no en tingueu ganes d'avorrir-vos i vulgueu fer un grupet maco per fer activitats, feu-nos-ho saber i, així, organitzarem activitats els dies de cada dia.

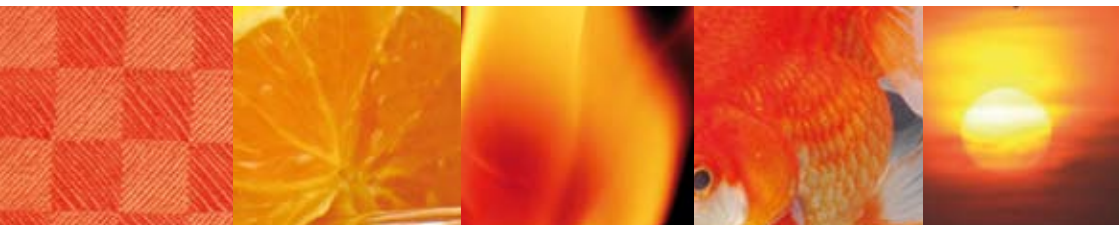
Si algú té una proposta o vol participar truqueu a l'Associació (demaneu per la Marlí) o envieu un correu electrònic a [marli@accdv.org](mailto:marli@accdv.org).

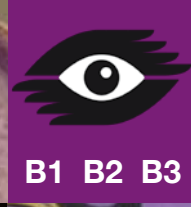
- El dia límit d'inscripció serà el dijous anterior a l'activitat, a través del nostre contestador automàtic de l'*Anem-hi*, o bé trucant al 93-447-04-04 en horari d'oficina.
- Per les sortides als teatres i concerts s'hauria de avisar amb la major antelació possible, perquè que us podríeu quedar sense entrades, donat que les places són limitades.
- El lloc de trobada serà: la Casa Golferichs, Gran Via de les Corts Catalanes, 491 (cantonada amb C/ Viladomat). Sempre i quan no s'expliciti que es fa a la nostra seu.
- L'abonament de les activitats s'efectuarà el mateix dia d'aquesta.

### Marlí Amat Solé

Animadora Sociocultural

Tel. 93 447 04 04 · [marli@accdv.org](mailto:marli@accdv.org)





Col·labora:



*Por un mundo más sano™*



Diputació  
Barcelona  
xarxa de municipis



Generalitat  
de Catalunya

Ajuntament  de Barcelona



**Obra Social "la Caixa"**

Cardenal Reig, 32 Local 1 · 08208 Barcelona

Tel. 93 447 04 04 · Fax: 93 447 01 14

[www.accdv.org](http://www.accdv.org)