

ANEM-HI 41 ENERO – MARZO 2019

Asociación Discapacidad Visual
Cataluña: B1+B2+B3



(Comida de Navidad de 2018)

Colaboran:



Obra Social "la Caixa"

visión española
Luchando por una capacidad visual plena

**Actividades socioculturales
de la Asociación Discapacidad Visual Cataluña:
B1+B2+B3
Enero - Marzo de 2019
ANEM-HI 41**

SUMARIO

Las actividades son punto clave de encuentro de la Asociación. Para reafirmar nuestros lazos y agruparnos en todos los temas que nos interesan y preocupan. Os exhortamos encarecidamente a participar y a aportar vuestras opiniones, porque sin ellas, nos falta comunicación y se debilita el compañerismo.

Con ellas ofrecemos a las personas con cualquier grado de discapacidad visual, que puede ser total (B1), severa (B2) o leve (B3), así como a sus familiares, amigos y a toda la sociedad una amplia oferta de ocio hecho a su medida.

No las podríamos hacer sin nuestro extenso equipo de voluntarios, gracias a los que las personas con discapacidad visual que requieren de acompañante cuentan siempre con uno a su lado. Además, al financiarlas parcialmente con nuestros presupuestos, podemos hacer algunas de forma gratuita y otras a precios muy reducidos.

La amplitud de la oferta audiodescrita en teatros y ópera nos obliga a escoger sólo algunas de las salidas posibles, (mínimo una por trimestre), pero recordad que podéis pedir un “voluntario cultural”, que irá a cargo de la Asociación, como ya van los voluntarios de animación.

Procurad aportar un correo electrónico de contacto para avisaros de todas las actividades que hacemos. Hemos ampliado los medios para conocerlas y las podréis encontrar, además de en este boletín, en los e-mails semanales que enviamos, en nuestro Facebook ([facebook/b1b2b3.org](https://www.facebook.com/b1b2b3.org)), en nuestra página web (www.b1b2b3.org) o llamando a la opción 1 del teléfono de la Asociación 93-447-04-04, que es el contestador automático del “Anem-hi”.

SALIDAS REGULARES

Punto de encuentro primordial, es donde la Asociación toma cuerpo y se reafirma. Socios y voluntarios podéis utilizarlas para consolidar vuestra pertenencia al grupo y hacernos llegar sugerencias y comentarios de cualquier índole.

Enero

Sábado 12 de enero: Día Mundial del Braille.

El sistema de lectoescriptura braille ya tiene día mundial. El 4 de enero, aniversario del nacimiento de Luís Braille. Haremos un pequeño acto con los amigos de Braibook (un libro electrónico en braille) y veremos un documental sobre Luís Braille. Habrá merienda.

Lugar y hora: Sede de la Asociación, 17:00 h.

Precio: Gratuito.

Sábado 12 de enero: “Fedra” en el Romea (AD).

Teatro clásico audiodescrito, eso sí, puesto al día. Es lo que tienen los clásicos, siempre los puedes contemplar desde el hoy.

Lugar y hora: Casa Golferichs, 20:00 h. / Romea, 20:45 h.

Precio: 23 € (incluye entrada).

Domingo 13 de enero: Baile en el Cocodrilo Club (Discoteca Barroko’s)

La discoteca “Barroko’s”, (Aribau 242, esquina Travesera de Gracia), organiza veladas especiales de música “retro” a las que les hemos pillado gusto: Indicada para cualquiera que quiera bailar y recordar viejos tiempos.

Lugar y hora: Casa Golferichs 17:00 h / Barroko’s 17:45 h

Precio: En función de la consumición.

Sábado 19 de enero: “Los Tres Tombs de San Antonio”

Ocasión para hacer una actividad piloto: Una visita táctil a una selección de carruajes que han desfilado a la Cabalgata con ayuda del Ayuntamiento y con ocasión de esta celebración barcelonesa tan tradicional.

Lugar y hora: Golferichs, 12: 00 h.

Precio: Gratuito.

Sábado 19 de enero: “Chaikosqui contra Napoleón”

El Palacio de la Música pone este título a un concierto de la Orquesta Sinfónica del Vallés en el que el plato fuerte será la Obertura 1812.

Lugar y hora: Golferichs, 17: 00 h. Palau Música, 18:00 h.

Precio: 10 €.

Domingo 20 de enero: Visita a una Fábrica de chocolate

Visitaremos la antigua fábrica Simón Coll en San Sadurní de Noya, que ha sido musealizada por la gente que lleva la Casa Ametller. Habrá un pequeño tentempié de chocolate y, después, daremos una vuelta por el pueblo.

Lugar y hora: Golferichs, 9: 00 h.

Precio: 10 € (incluye tren y entrada).

Domingo 27 de enero: Relajación en el Claror Spa

El Spa Claror pone a disposición de sus clientes un servicio muy interesante con jacuzzi, corrientes, fuentes y cascades, que nos gustaría probar... ¡Animaos!

Lugar y hora: Golferichs, 10: 00 h.

Precio: 20 € (incluye experiencia SPA).

Martes 29 de enero: Ópera en el Liceo: "Madama Butterfly", de Giacomo Puccini (AD). Duración: 2:50 h.

Choque cultural entre un marinero norteamericano y una joven geisha japonesa. Muestra de colonialismo rampante en una obra estrenada en 1909. ¡Después diremos de Trump!

Lugar y hora: Liceo, 19 horas.

Precio: 14 €.

Febrero

Sábado 2 de febrero: Sopar boliviano – peruano.

Nuestro compañero Nelson, nos ha ponderado la cocina de este restaurante, donde iremos a probar la comida del otro lado del Atlántico. ¡Esperamos que os venga de gusto!

Lugar y hora: Golferichs, 20: 00 h.

Precio: Según consumición (sobre los 20-25 €).

Viernes 8 de febrero: “Tributo a Areta Franklin”.

En Luz de Gas (C/ Muntaner, 246), harán un concierto homenaje con obras de esta gran artista del Soul, desaparecida recientemente. ¡Disfrutemos y homenajeémosla nosotros también!

Lugar y hora: Golferichs, 20: 00 h. / Luz de Gas, 20:45 h.

Preu: 12 € (incluye entrada).

Sábado 9 de febrero: Auditori Apropa: “El Tercero de Rachmaminov”

Barry Douglas se atreve con este virtuosístico concierto para piano. Oiremos sus dedos volar por el piano en este concierto intenso y espectacular.

Lugar y hora: Golferichs, 17: 30 h. Auditorio, 18:15 h.

Precio: 9 €.

Domingo 10 de febrero: Salida “Ronda de Mar Montgat”

Flor Fernández conducirá desde la playa de Montgat hasta Vilasar de Mar, visitando los chiringuitos que han puesto en el camino. Por una vez, viaje llano, cercano a las olas.

Lugar y hora: Casa Golferichs, 8 horas.

Precio: 10 € (incluye tren, guía y almuerzo)

Dificultad: Normal

Domingo 17 de febrero: Visita “El ascensor del Tiempo”.

El Museo de la Ciudad está excavado en mitad de la ciudad romana, por eso han aprovechado para presentar un itinerario arqueológico que sube desde la Barcelona romana hasta la medieval y el ascensor, en lugar de contar pisos, cuenta siglos, como una verdadera máquina del tiempo.

Lugar y hora: Casa Golferichs, 10 horas.

Precio: 7 €.

Sábado 23 febrero: “La buena persona de Sezuan” (AD).

El TNC nos ofrece esta obra de Bertolt Brecht sobre los límites de las buenas intenciones, especialmente cuando

éstas no enfrentan las dificultades materiales con contundencia y pragmatismo.

Lugar y hora: Casa Golferichs, 17:30 h. / TNC, 18:30 h.

Precio: 14 € (incluye entrada)

Domingo 24 de febrero: Salida “El Parque agrario del Baix Llobregat”. Actividad gratuita del Trimestre.

Joan Martí nos llevará por este enclave paradisíaco junto a la propia Barcelona. Hace poco era un vertedero industrial. Si cuidamos a la Naturaleza, ella nos corresponde con creces.

Lugar y hora: Casa Golferichs, 9 horas.

Precio: Gratuito (incluye autocar y guía)

Dificultad: Baja

Marzo

Domingo 3: Visita “Las esencias de la Casa Vicens”

Experiencia sensorial en la que descubrir, en detalle, los olores de la Casa Vicens. Un recorrido visual y olfativo por las estancias de la primera casa de Antonio Gaudí. Visita creada por el artista-perfumista Ernesto Ventós/Nasevo para disfrutar de esta obra maestra que nos adentrará en los inicios del modernismo.

Lugar y hora: Casa Golferichs, 10 horas.

Precio: 20 € (incluye guía y experiencia olfativa)

Domingo 10 de marzo: Salida “El Turó d’en Cors”

Una vez más, en Miquel Tormos nos dará una vuelta por Collserola. Esta vez el objetivo es el “Turó d’en Cors”, en el camino de Vilajoana a San Pere Màrtir.

Lugar y hora: Casa Golferichs, 9 horas.

Precio: 5 € (incluye guía)

Dificultad: Normal

Sábado 16 de marzo: Asamblea General Ordinaria.

Ya ha pasado un año. ¿Estamos mejor? ¿Qué nuevos proyectos se nos plantean? Es el momento de hacer una reflexión común y decidir hacia donde nos encaminamos y, después, más tranquilos, disfrutar de un refrigerio antes de

volver a casa a comer. Recibiréis carta con la convocatoria y con el orden del día.

Lugar y hora: Golferichs, Convocatorias 11 h 1ª y 11:15 h 2ª

Domingo 17 de marzo: Salida “Vía Verde de Gerona”

Se ha arreglado un antiguo ramal ferroviario para pasear tranquilamente junto a la ciudad con indicaciones adaptadas para nosotros y, claro, como son una novedad, iremos a ver tanto el camino que nos muestran como la adaptación que nos lo hace accesible. Doble interés: El camino y la señalética!

Lugar y hora: Casa Golferichs, 9 horas.

Precio: 10 € (incluye autocar)

Dificultad: Baja

Domingo 24 de marzo: Salida “Sierra Marina”

José Arco nos propone este lugar del Maresme como referencia para un paseo donde hacer piernas y amigos.

Lugar y hora: Casa Golferichs, 9 horas.

Precio: 15 € (incluye autocar, guía y almuerzo. Hay que llevar bocadillo para comer)

Dificultad: Normal

Viernes 29 de marzo: “Nit d’Envelat” en el Auditorio.

La Banda Municipal de Barcelona nos ofrece un abanico de canciones del siglo XX (Abba, Beatles, Sinatra...) arregladas para banda, buscando el ambiente popular de las fiestas mayores.

Lugar y hora: Golferichs, 10:00 h. Auditorio, 10:45 h.

Precio: 3 €.

Sábado 30 de marzo: Noche de la Visión

Nos empecinamos en pedirnos a vosotros y a toda la sociedad un compromiso con el colectivo con una cena benéfica dirigida a recaudar fondos en favor de la investigación de las enfermedades oculares. Veremos si, al final, nos salimos con la nuestra... ¿Contaremos con vuestro apoyo? Haced venir a familiares, amigos y conocidos, que nosotros haremos lo

mismo. Podéis decirles que la cena será muy buena y, además, habrá sorpresas.

Recibiréis información más detallada en carta exclusiva sobre esta actividad.

OTRAS ACTIVIDADES DE ANIMACIÓN

Teatro y cine audiodescritos

Ya hay una gran oferta audiodescrita en teatro gracias al sistema Aptent, y de cine con WhatsCine, además de los sistemas tradicionales. Podéis consultar los actos culturales adaptados para nosotros en www.webacic.cat.

GIOLA (Grupo de Incondicionales de la Ópera en el Liceo)

El GIOLA procura ir a todas las óperas que se exhiben en el Liceo, audiodescritas o no. Este trimestre, además de las que organiza la Asociación, irá a:

- Sábado 9 de febrero “L’enigma di Lea”, de B. Casablanca. Duración: 2’00 h, precio: 13,00 €, a las 17 h. En el Liceo.
- Domingo 10 de marzo “Hamlet” (versión de concierto), d’A. Ponchielli. Duración: 3’00 h, precio: 14,00 €, a las 19 h. En el Liceo.
- Viernes 15 de marzo “Rodelinda”, de G.F.Händel. Duración: 3’25 h, precio: 13,00 €, a las 19 h. En el Liceo. (AD)

Podéis venir con el Grupo si avisáis con mucha antelación (un mes antes de la función es el tiempo recomendado).

Locos por los Viajes (Grupo de amigos viajeros)

Hemos creado otro grupo de amigos para poder hacer viajes más largos. Aprovecharemos la autonomía de los socios, que vendrán sin voluntario de la Asociación, si bien, si lo necesitáis, podéis llevar un acompañante por vuestra cuenta. Ya tenemos preparadas estas salidas:

11 al 15 de marzo: Caminata “Vía Verde de la Terra Alta”

Pasaremos por caminos de esta zona, famosa por la Batalla del Ebro, pasando por poblaciones como Gandesa, Calaceite, Corbera de Ebro y Tortosa, entre otras. Unos 70 km. aproximadamente en cinco días.

Preu: 300 € aproximadamente, según las actividades.

19 al 22 de abril: Viaje de Semana Santa

Aún falta más de un trimestre, pero queremos salir este año y visitar Valencia, Tolosa, Madrid o algún otro lugar que nos sugiráis. Os tendremos informados.

¡Ya os podéis apuntar, si queréis!



(Viaje al País Vasco realizado en 2009)

GAAC (Grupo de la Asociación para Actos Culturales)

Hay muchos actos que conocemos con poca antelación. GAAC funciona como grupo de amigos y debéis apuntaros si queréis que os avisemos y disfrutar de una oferta cultural poco estable, pero muy interesante.

INFORMACIÓN DE INTERÉS

Voluntario para actos culturales

Igual que para las tareas de vida diaria, también buscamos voluntarios para ir a actos culturales.

PROPOSTA D'ACTIVITATS

De vuestras propuestas surgen estas actividades, que sólo pueden llevarse a cabo con vuestra participación. Apuntaos a las que os gusten y proponed otras nuevas. Intentaremos ponerlas en marcha.

Idiomas

- *Francés*: Miércoles, de 10:00 a 11:30 h. Precio gratuito. Con profesor nativo, nuestro voluntario Patrick Tridon.
- *Inglés inicial*: Miércoles, de 11:30 a 12:30 h. Precio 10 € mensuales. Con profesor nativo, el amigo Neil Clifford.
- *Inglés avanzado*: Jueves, de 17:00 a 19:00 h. Precio 10 € mensuales. Con profesor nativo, el amigo Neil Clifford.

Talleres de habilidades personales

- *Braille*: A demanda. Precio gratuito.
- *Curso de cocina terapéutica*: El Centre Cívico Pere IV pone a nuestra disposición su cocina adaptada para que hagamos clases de cocina adaptada para nuestro colectivo. Precio 10 euros mensuales.
- *Curso El ajuste a la discapacidad visual*: Este curso se hace para atender a socios, familiares y voluntarios recién llegados, aunque está abierto a cualquiera que quiera venir. Se da el último sábado de cada mes, de 11 a 13 h.

- *Memoria*: Miércoles, de 19:00 a 20:00 h. Precio: Gratuito. Incluirá ciclos de conferencias.
- **Talleres de habilidades personales**
- *Curso de Mindfulness*: Francisco Oñate vendrá para darnos su versión de esta técnica para un máster que desarrolla, para el que también os hará un par de entrevistas. Jueves de 18 a 20 horas. Gratuito.
- *Taller de Arteterapia*: Esta técnica terapéutica utiliza la creatividad humana para mejorar la relación con uno mismo. Se hará los jueves, a partir de las 11 h.
- *Taller del Método Bates*: Hace más de cien años que este método ayuda a las personas con baja visión a relajar su vista y, así, recuperar algo de visión y un montón de bienestar personal. *Martes, a partir de las 16 h. 20 € mensuales.*
- *Talleres en los Centros Cívicos*: El acompañante no paga y realiza la misma actividad que el socio. Ofrecen más de 200 cursos, seguro que alguno os interesa. Ya comienza una prueba piloto con el “Dos por uno” en 4 centros cívicos (entre ellos el de Pere Quart) y esperamos que se vaya generalizando. Mientras tanto haremos presión donde aún no lo hagan.
- *Gimnasios y piscinas públicas*: El acompañante no paga y realiza la misma actividad deportiva que el socio. En muchos gimnasios privados también hemos conseguido este trato.

El día límite de inscripción será el jueves anterior a la actividad (hasta las 19 h), llamando a la Asociación, al 93-447-04-04 en horario de oficina, o a través de la “opción 1” de centralita que conduce al contestador automático del “Anem-hi”.

Para las salidas a teatros y conciertos es necesario avisar con la mayor antelación posible, porque las plazas son limitadas y os podríais quedar sin entrada.

En las excursiones de montaña es imprescindible llevar ropa y calzado adecuados, cantimplora y un pito.

El lugar de encuentro será: la **Casa Golferichs, Gran Vía de las Cortes Catalanas, 491** (esquina con C/ Viladomat). Siempre que no se indique otra ubicación.

El abono de las actividades se realizará el mismo día de ésta.

En el caso de actividades con entrada (cines, teatros, ópera...), una vez compradas las entradas por la Asociación no se admitirán devoluciones, si no es que lo permite la empresa promotora.

Para contactar:

Secretaría General de la Asociación

93-447-04-04 / info@b1b2b3.org

Área de Animación Sociocultural

Contestador Automático del “Anem-hi”: 93-447-04-04, Opción 1
605-87-97-97 (El día de la salida) / manel@b1b2b3.org