

ANEM-HI 42

ABRIL – JUNIO 2019

Asociación Discapacidad Visual Cataluña: B1+B2+B3



(Taller de Arteterapia en la Asociación)

Col·laboren:



Obra Social "la Caixa"

visiónespaña
Luchando por una capacidad visual plena



**Actividades socioculturales
de la Asociación Discapacidad Visual Cataluña:
B1+B2+B3
Abril - junio de 2019
ANEM-HI 42**

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.

Abril

Sábado 6 abril: MACBA Exposición "Jaume Plensa" AD

Jaume Plensa es un artista de materiales, sensaciones e ideas. Su objetivo no es hacer objetos, sino desarrollar relaciones e incluirnos a todos. La exposición del MACBA contará con obras desde la década de 1980 hasta las más actuales.

Lugar y hora: Golferichs, 11:00 h. / MACBA, 11:45 h.

Precio: Gratuito.

Domingo 7 de abril: Baile en el Cocodrilo Club (Discoteca Barroko's)

La discoteca "Barroko's", (Aribau 242, esquina con Travesera de Gracia), organiza veladas especiales de música "retro" a las que les hemos cogido el 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.

Viernes 12 de abril: "IF (L'últim desig)" de la Cia. Vero Cendoya (AD), al CC Parque Sandaru.

El Centro Cívico Parque Sandaru (C Buenaventura Muñoz, 21), en el barrio de San Martín, ofrece esta pieza teatral en que tres hermanas satisfacen el último deseo de su madre. Una comedia ácida, de humor extremo entre la sensibilidad poética del movimiento y la cotidianidad de la palabra.

Lugar y hora: C. Golferichs, 19:30 h. / P.Sandaru, 20:15 h.

Precio: Gratuito.

Sábado 13 abril: Presentación de Descomunal Computer

Se trata de un ingenio electrónico, como un ordenador, pero con la funcionalidad de una tablet, con pantalla táctil de

grandes dimensiones. Vale la pena conocerlo, porque puede ser una herramienta muy útil para la gente con baja visión.

Lugar y hora: Sede Asociación, 12: 00 h.

Precio: Gratuito.

Domingo 14 de abril: Caminata Llobregat-Besòs (10 km)

Nos reuniremos con la Carrera en la plaza de Pau Vila i, desde allí iremos hasta la Plaza de la Villa de San Adrián de Besòs, pasando junto al mar por el Paseo de Colón y el Marítimo en sus diversos tramos, por el Campo de la Bota (Fórum), por la desembocadura del Besòs, por la calle Olímpica, por la Rambleta, calle Barraquer y acabaremos en la Plaza de la Villa. El recorrido durará unas 3 horas y media.

Lugar y hora: Golferichs, 8:30 h.

Precio: Gratuito.

Del 19 al 22 de abril: Viaje de Semana Santa (Valencia)

Como ya sabéis, con centro operativo en Puçol, visitaremos Valencia, la parte antigua y la moderna, así como Benicàssim. Daos prisa, que el viaje ya está prácticamente cerrado.

Precio: 325 € (incluye pensión completa, no acompañante)

Sábado 27 de abril: Caminata Seat (cerca de Martorell)

El voluntariado corporativo de la conocida marca de coches Seat, con fábrica en Martorell, nos propone una caminata matinal por los alrededores de Martorell (unos 10 km.). Una acción solidaria que les agradecemos y que casa bien con nuestro carácter andarín.

Lugar y hora: Golferichs, 8:30 h.

Precio: 10 € (incluye autocar).

Domingo 28 de abril: Fiesta Democrática

Dicen que las elecciones son la Fiesta de la Democracia, disfrutémosla cada uno en su colegio electoral, que ahora ya somos autónomos para votar nosotros mismos. Recordad que el teléfono para pedir el kit accesible es: 900 150 000.

Mayo

Miércoles 1 mayo: “Meditación con árboles centenarios”.

Nuestro compañero, Roland, nos propone una jornada de meditación cerca del Bajador de Vallvidriera donde ha unos cuantos árboles centenarios. Después de unos ejercicios de movilización y activación corporal y un momento de concentración en el silencio del bosque, abrazaremos cada uno un árbol para contactar con la Naturaleza. Comeremos un bocata allí mismo y, cuando queramos, bajaremos al Bajador y tiraremos de vuelta en Barna otra vez.

Lugar y hora: Golferichs, 10: 00 h.

Precio: Gratuito.

Sábado 4 de mayo: Auditorio Apropa: “Sinfonía Praga de Mozart”

La grandiosidad y popularidad de la sinfonía que dedicó a la ciudad de Praga llevó al compositor a afirmar: "mis praguenses sí que me comprenden". Ahora el autor es un clásico y el concierto estará lleno. Sólo disponemos de unas pocas entradas. ¡No os durmáis u os quedaréis sin!

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

Precio: 9 €.

Domingo 5 de mayo: Flashmob de la Plataforma.

El domingo por la mañana nos juntaremos con compañeros de la Plataforma de Personas con Discapacidad de Les Corts, escenificaremos una pequeña y sencilla coreografía, la grabaremos en vídeo y la subiremos a Internet para conseguir financiación. Después haremos un aperitivo antes de irnos cada uno a casa. ¡Solidaridad y juerga en una sola actividad!

Lugar y hora: Golferichs, 10: 00 h.

Precio: Gratuito.

Sábado 11 de mayo: Conferencia “Naturopatía”.

Gemma Vilardebou, nuestra voluntaria, nos hablará de esta medicina alternativa. Son disciplinas sencillas pero llenas de cualidades saludables. ¡Os esperamos!

Lugar y hora: Sede Asociación, 12 horas.

Precio: Gratuito.

Domingo 12 de mayo: Salida “Gironella, en el Berguedá”.

José Arco nos ofrece una de sus típicas caminatas, en esta ocasión por los alrededores de Gironella, en el Berguedà. Más llana que otras de un guía al que le hemos cogido gusto.

Lugar y hora: Casa Golferichs, 9:00 h.

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

Dificultad: Normal

Domingo 19 mayo: Reunión por el Día Mundial de la Visión

Los socios y voluntarios que quieran participar en los actos del Día Mundial de la Visión (17 octubre) estáis convocados este día para preparar las actividades en torno a este día.

Lugar y hora: Sede Asociación, 11 h.

Precio: Gratuito.

Viernes 24 de mayo: Ópera en el Liceo: "Les pecheurs de perles", de Georges Bizet (AD). Dura: 2:30 h.

Ambientado en la antigua Ceilán. Parte de un triángulo amoroso con un trasfondo religioso. La omnipresencia del coro representa un viaje de la tolerancia a la violencia, siguiendo la singular, delicada y exuberante partitura de Bizet.

Lugar y hora: Liceo, 19 horas.

Precio: 13 €.

Sábado 25 de mayo: Taller de Control Mental.

Actividad ideal para relajarse, plantearse objetivos y encontrarse bien con uno mismo. Se sigue el método Da Silva. Ideal para nuevos socios.

Lugar y hora: Sede Asociación, 17 h.

Precio: Gratuito.

Domingo 26 de mayo: Salida "De Font Llonga a Torrebaró".

Con Miquel Tormos daremos nuestro paseo trimestral por Collserola. Traed buenos zapatos, que ya conocéis a Miguel. Por la tarde habrá que votar, cada cual en su municipio.

Lugar y hora: Casa Golferichs, 9 horas.

Precio: 5 € (incluye guía)

Dificultad: Normal.

Junio

Sábado 1: Teatro en el TNC “El dolor”, de M. Duras (AD)

La guerra ha acabado. Una mujer espera la vuelta de su marido, prisionero en los campos de concentración, mientras ama a otro hombre con quien ha participado en la Resistencia y con quien ahora se dedican a localizar a su marido, mientras también facilitan que otras familias encuentren a sus desaparecidos.

Lugar y hora: Casa Golferichs, 19:00 h. / TNC, 19:45 h.

Precio: 20 € (incluye entrada). Dura 2 horas.

Domingo 2 de junio: Día del Socio: El Arboç y la Giralda.

Vuelve la comida y encuentro de hermandad, amenizada con los valiosos comentarios de nuestro compañero historiador, Joan Pallarés. Visitaremos el pueblo del Arboç con el su capricho modernista: Una villa que reproduce la Giralda de Sevilla a escala, entre otras curiosidades que él nos explicará.

Lugar y hora: 9:00 h. Casa Golferichs

Precio: 30,00 € (incluye autocar, almuerzo, comida y guía)

Sábado 8 de junio: Submarinismo en la Playa del Forum.

El año pasado se nos estropeó esta salida a última hora, así que la reemprendemos ahora. Es la segunda parte de la formación adaptada para nosotros. El 29 de abril de 2018 hicimos la primera sesión, ahora queda la práctica en el mar.

Lugar y hora: Casa Golferichs, 10 h.

Precio: 15 € (incluye clase y material).

Domingo 9 de junio: Salida “De Blanes a Lloret”

Flor Fernández nos llevará por la Costa Brava desde la villa de Blanes hasta Lloret atravesando espectaculares paisajes junto al mar donde el rugir de las olas nos acompañará mientras pasamos entre acantilados.

Lugar y hora: Casa Golferichs, 8 horas.

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

Dificultad: Normal.

Miércoles 12 de junio: Cine adaptado: “Las maestras de la república”, al CC. Joan Oliver (Comandante Benítez, 6)

Los centros cívicos se proponen suplir la falta de cine accesible que aún padecemos. Una vez al año que hagan una película cada uno significaría 41 películas adaptadas. Suficiente para nuestras necesidades. Esperemos que el proyecto avance y no se quede en un espejismo.

Lugar y hora: Casa Golferichs, 17:30 h / C-Cívico 18:15 h

Precio: Gratuito

Sábado 15 de junio: Visita a la Casa Dalí de Portlligat.

Nuestra compañera Anna Cebrià, discípula de Rosa Gratacós, nos llevará a esta casa – museo daliniana, donde el surrealismo y la personalidad del genial autor impregnaron cada rincón de la casa hasta convertirla en un verdadero monumento, que refleja un momento especial del Arte.

Lugar y hora: Casa Golferichs, 9 horas.

Precio: 10 € (incluye guía y autocar)

Domingo 16 de junio: Carrera del Barça.

Ocasión para ver el Camp Nou desde una perspectiva inédita, desde el mismo campo. Dos kilómetros de vueltas al campo para hacer piernas. Los más osados pueden hacer 10 km., pero nosotros hemos escogido la versión corta.

Lugar y hora: Sede Asociación, 9 horas.

Precio: Gratuito

Domingo 23 junio: Verbena de San Juan en la Asociación.

Disfrutaremos esta verbena de forma muy tradicional: Tomando una cena fría ante la sede, sentados en la calle y oyendo a la orquesta en vivo, que tocará en la Avenida San Ramón.

Lugar y hora: Sede Asociación, 21:00 h.

Precio: 20,00 € (incluye cena, copa de cava y coca)

Sábado 29 de junio: Gastronomía: “La rosa del desierto”.

En la Plaza de Narciso Oller, 7 hay un restaurante de cocina típica marroquí, “La rosa del desierto”, ¡con una jaima y todo! Degustaremos algunos de sus platos exóticos y pasaremos una agradable velada.

Lugar y hora: C. Golferichs, 20 h / Restaurante, 20:45 h

Precio: Según consumición.

Domingo 30 junio: Tarde de playa en la Barceloneta.

Barcelona también tiene playa. Para comenzar la temporada de verano iremos a la Barceloneta, donde la ciudad se ha reencontrado con el mar, al que tantos años había dado la espalda.

Lugar y hora: Casa Golferichs, 17 horas.

Precio: Gratuito.

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 13 de abril “La Gioconda”, de A. Giordano. Dura: 3’55 h, precio: 14,00 €, a las 19 h. En el Liceo.
- Sábado 18 de mayo “Agrippina” (versión concierto), de G. F. Händel. Dura: 3’55 h, precio: 11,00 €, a las 19 h. En el Liceo.
- Sábado 22 de junio “Tosca”, de G. Puccini. Dura: 2’30 h, precio: 15,00 €, a las 17 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 hemos hecho varias salidas y este trimestre tendremos el

viaje de Semana Santa, del que ya hemos hablado en las Salidas Regulares.

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.

PROPUESTA DE ACTIVIDADES

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.
- *Juegos de rol*: Un nuevo voluntario de la Asociación, Andreu Santacana, es aficionado a los juegos de rol y considera que fácilmente se pueden hacer accesibles. Apuntaos. Primero haremos una prueba piloto de dos horas y, si nos gusta, haremos tantas partidas como queramos.

Talleres de bienestar personal

- *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