

HORARI PUNT ÒMNIA 2023-2024

	9:30 a 11:00 H	11:00 a 12:30 H	16:00 a 17:30 H	17:30 a 19:00 H
DILLUNS	Introducció informàtica	Taller monogràfic	Treballem la memòria	Edició d'imatge
DIMARTS	Aprenentatge llengües	Ús comunitari	Introducció informàtica	Ús comunitari
DIMECRES	Ús comunitari	TIC Feina SOC (11 - 13h)	Píndoles formatives	Ofimàtica pràctica
DIJOUS	Aprenentatge llengües	Taller monogràfic	Telèfon mòbil	Ús comunitari
DIVENDRES	Espai cures	ACTIC (11 - 13:30h)		

Tallers monogràfics: Full de càlcul, CANVA, Googlejant, Internet al dia, Edició de vídeo i Impressió 3D

Suport tràmits digitals (demanar cita)

Escolta i fes-te sentir



INSCRIPCIONS

Del 12 al 27 de setembre:
Dimarts de 9:30 a 12:30h
Dimecres de 16 a 19h

A partir d'octubre:
Dilluns de 16 a 17:30h
Dimarts de 11 a 12:30h

MÉS INFORMACIÓ

C/ Cadaqués 2-16, 2on
933793631 (trucades i whatsapp)
www.cpsfrancescpalau.cat

Formació

CULTURA

Club de lectura en castellà	Dilluns	17,30 - 19,00
Activa la ment	Dimarts i dijous	17,30 - 19,00
Teatre	Dijous	17,30 - 19,15
Reforç escolar (1r torn)	Dilluns i dimecres	17,00 - 18,00
Reforç escolar (2n torn)	Dilluns i dimecres	18,00 - 19,00

LLENGÜES

Català A1 (trimestral)	Dimarts i dijous	17,15 - 19,15
Lectura i conversa en català	Dimarts	17,15 - 18,45
Castellà	Dimarts i dijous	09,30 - 11,00

CONFECCIÓ

Modisteria (grup 1)	Dilluns	09,30 - 11,30
Modisteria (grup 2)	Dimecres	16,30 - 18,30
Tall i confecció	Dimarts	16,30 - 18,30
El Cosidor	Dilluns	11,30 - 13,30

TÈCNiques ARTÍSTIQUES

Pintura	Dilluns	10,00 - 12,00
Manualitats	Dimecres	17,00 - 19,00
Patchwork	Dijous	17,00 - 19,00

SALUT I BENESTAR

Racó de Pau (creixement personal)	Dimecres	09,30 - 10,45
Autoteràpia (reflexologia podal)	Dimecres	09,30 - 10,45
Cuina casolana	Dijous (mensual)	09,30 - 11,30
Microgimnàstica	Dijous (trimestral)	12,00 - 13,30

Inserció sociolaboral

CURSOS

Auxiliar de cuina	Dilluns	17,00-19,30
	Dimecres	09,00-14,00
Cambrer/a	Dimarts	17,00-19,30
	Dijous	12,30-16,30
Barberia	Dilluns, dimecres i divendres	09,00-14,00
Confecció tèxtil	Dimarts a divendres (segons nivell)	10,00-13,00
Electricitat i fontaneria bàsica	Dilluns a dijous	16,00-19,00
Atenció al client	pendent de confirmar	matins

SERVEIS

Primera acollida a persones nouvingudes
Orientació, acompanyament i intermediació laboral
Espai laboral: Aprèn a buscar feina
Programa Incorpora

Servei de cures

PER A PERSONES CUIDADORES

Curs de cura de persones dependents	Dimarts	09,30-13,30
Cafè de les cures	Dimarts	11,30-13,30
Cuina per a cuidadores	Dilluns	17,00-19,00

PER A FAMÍLIES CUIDADORES

Suport a l'atenció domiciliària	Cita prèvia per telèfon	93 379 36 31
Formació per a famílies cuidadores	Dimarts	15,30 - 17,30

Acció comunitària

(Demana informació a recepció)

Vols fer voluntariat?

Racó Solidari
Xerrades i actes de sensibilització
Servei d'intermediació i orientació cultural