



temporada
26-27

SERVEI DE
LLEURE

Benvolgudes i benvolguts!

En aquest llibret trobareu les activitats de lleure regulars que es faran entre setmana, com ara la **Natació**, el **Futbol** o la **Petanca**. També trobareu sortides de cap de setmana i altres activitats que tenim previst fer i que us anirem informarem més endavant.

La majoria d'activitats són les que ens heu demanat a la Proposta d'Activitats que us vam enviar el mes de juliol, i les que ens demaneu repetir cada any!

Cada temporada volem continuar millorant el Servei de Lleure, i sobretot que sigui el més inclusiu possible. Per això, continuem organitzant activitats i sortides a la comunitat, i activitats a les que tothom hi pugui participar.

Desitgem que us agradin les activitats i sobretot que us animeu a participar-hi!



Informació important

OBLIGATORI LLEGIR AQUESTA PÀGINA AMB ATENCIÓ

COM M'APUNTO A LES ACTIVITATS ? Heu de parlar amb la persona referent del Servei de Lleure (Sergi Just) o demanar ajuda a la persona responsable del vostre servei.



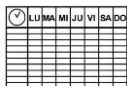
Totes les activitats **requeriran un nombre mínim de persones per poder realitzar-les**. Si això no és compleix, l'activitat no es realitzarà.



Les activitats es cobraran a principi de mes a través del rebut mensual. Pot ser que alguna activitat en concret es cobri en efectiu.



El preu de les activitats cobreix el transport des dels centres de Montblanc i La Selva fins al lloc de l'activitat + la inscripció a l'activitat i el monitoratge. El preu que apareix en aquest llibret, pot variar en funció del nombre de participants.



Les **dates de les activitats puntuals són orientatives**. Amb el màxim temps d'antelació possible, es donarà la informació definitiva sobre el dia, el preu, els horaris i també si l'entitat ofereix transport o no.



Totes les activitats puntuals tenen **places limitades**, que s'ompliran per **ordre d'inscripció**.



Totes les activitats tindran una data límit perquè us pugueu apuntar. Les persones que es vulguin apuntar després de la data límit pot ser que ja no puguin fer-ho. **Si una persona que està apuntada, no ve el dia de l'activitat i no avisa amb 48 hores d'antelació com a mínim, se li cobrarà igualment la sortida.**



Per poder participar a les activitats del Servei de Lleure, la persona ha de complir amb les **COMPETÈNCIES REQUISIT de cada activitat. El Servei de Lleure es reserva el dret d'avaluar si una persona compleix o no, aquestes competències requisit.**



Si voleu parlar amb la persona referent del Servei de Lleure perquè necessiteu més informació, o perquè voleu **proposar una altra activitat**, podeu trucar al **977 86 12 61** i preguntar pel **Sergi Just**; o trucar o enviar un **WhatsApp** al **685 01 69 89**. També podeu enviar un correu electrònic a l'adreça sergijust@aprodisca.org

futbol sala

DILLUNS

17:30 H - 19:00 H

Col·legi Gil Cristià de La Selva del Camp

Competències requisit per poder participar a l'activitat:

Capacitat d'entendre i seguir instruccions senzilles

Capacitats motrius bàsiques

Marxa autònoma i coordinació de moviments

**Calendari PROVISIONAL de partits
de la Lliga Interclubs Futbol Sala (ACELL):**

14 de novembre / 12 de desembre

16 de gener / 27 de febrer / 6 de març

24 d'abril / 22 de maig

Data d'inici:

31

d'agost

Preu socis: **28 € / mes**

Preu no socis: **32 € / mes**

N SENTIMENT

CFS HURACANS LA SELVA



ACTIVITATS

natació

DIMARTS

18:45 H - 19:45 H

Piscina Municipal d'Alcover

Competències requisit:

Capacitat d'entendre i seguir instruccions senzilles

Capacitats motrius bàsiques

Data d'inici:

1 setembre

Montblanc

3 setembre

La Selva

Preu socis: **30 € / mes**

Preu no socis: **36 € / mes**



REGULARS

petanca

DIMECRES

17:30 H - 18:30 H

Jardí Terapèutic

La Selva del Camp

Data d'inici:

2

setembre

Preu socis: 25 € / mes

Preu no socis: 30 € / mes

Competències requisit per poder participar a l'activitat:

Capacitat d'entendre i seguir instruccions senzilles

Capacitats motrius bàsiques

Coordinació de moviments



grup de vacances

Aquest any les reunions començaran el mes de SETEMBRE i seran els divendres a la tarda. Les farem a l'Associació Alzina de La Selva del Camp. Per decidir el preu de la sortida, s'arribarà a un acord entre totes i tots els membres del Grup.

IMPORTANT: Per poder apuntar-se a la sortida, s'ha de participar com a mínim a una de les reunions prèvies a l'obertura de les inscripcions.

Les persones que l'any passat volien venir de vacances i no van obtenir plaça, aquest any tenen preferència a l'hora de reservar plaça.

Competències requisit:

Marxa autònoma

Capacitat d'entendre continguts complexos

Maneig dels diners i comprensió numèrica bàsica

15 PLACES DISPONIBLES



coral



**CORAL
APRODISCA**

DIMARTS

10:30 H - 12:30 H

Sala de Formació a Montblanc

Durant tot el curs, es realitzen actuacions i sortides per tot el territori de referència.

Competències requisit:

Capacitat d'entendre i seguir instruccions senzilles
Parla



ACTIVITATS
PUNTUALS

bolera i berenar

Data:

5

setembre

**Lloc: Centre Comercial
Les Gavarres**

S'informarà del preu uns
dies abans de la sortida

Competències requisit per poder participar a l'activitat:

Capacitat d'entendre i seguir instruccions senzilles

Capacitats motrius bàsiques i coordinació de moviments



“silvestres”

Anirem a fer un taller de creació plàstica i visual en un entorn natural. L'espai no és accessible per persones que vagin amb cadira de rodes.

Lloc: Ulldemolins

Data:

12
setembre

S'informarà del preu uns dies abans de la sortida

Competències requisit per poder participar a l'activitat:

Capacitat d'entendre continguts senzills

Capacitats motrius bàsiques



partit del primer equip del barça

Data:

**Novembre
Barcelona**

Anirem a veure i a gaudir d'un partit de futbol del primer equip del Barça masculí o femení, encara s'ha d'acabar d'organitzar.

S'informarà del preu uns dies abans de la sortida

Lloc: **Barcelona**

Competències requisit per poder participar a l'activitat:

Capacitat d'entendre i seguir instruccions senzilles

Capacitats motrius bàsiques



Cinema i sopar

Anirem a gaudir d'una bona pel·lícula i aprofitarem per anar a sopar amb bona companyia!

Lloc: **Centre Comercial Les Gavarres**

Data:

19
desembre

S'informarà del preu uns dies abans de la sortida

Competències requisit per poder participar a l'activitat:

Capacitat d'entendre i seguir instruccions senzilles

Capacitats d'entendre continguts senzills



Visita guiada a montserrat + cremallera

Visitarem l'Espai Immersiu Montserrat s. XIV, una proposta audiovisual que us transportarà al passat per conèixer els orígens i la història del monestir d'una manera innovadora i agafarem el cremallera per veure les vistes privilegiades de la muntanya.

 [veure vídeo de l'activitat](#)

Escaneja aquest QR i veuràs un vídeo de l'activitat



Data:

13
febrer
Montserrat

S'informarà del preu uns dies abans de la sortida

Competències requisit per poder participar a l'activitat:

Capacitat d'entendre continguts senzills

Capacitats motrius bàsiques



Sortida amb bici muntanya

Des de fa dos anys, organitzem una sortida per anar a recórrer una de les boniques vies verdes que hi ha a Catalunya. Ja hem fet la Ruta del Ferro i el Carbó, a Sant Joan de les Abadesses, i la de la Terra Alta i Baix Ebre.

Aquesta temporada buscarem una nova aventura i anirem a fer una altra via verda!

Data:

10
abril

S'informarà del preu uns dies abans de la sortida

Competències requisit per poder participar a l'activitat:

Saber anar amb bicicleta de manera autònoma

Capacitat d'entendre i seguir instruccions senzilles

Capacitats motrius més complexes i coordinació de moviments



Fira del trapezi

Anirem a Reus a gaudir dels famosos espectacles de teatre i circ al carrer, que l'any que ve arribarà a la seva 31a edició!

Escaneja aquest QR i veuràs un video de l'activitat



 [veure vídeo de l'activitat](#)

Data:

15
maig

S'informarà del preu uns dies abans de la sortida

Competències requisit:

Capacitat d'entendre continguts senzills



Sortida amb kayak

 [veure vídeo de l'activitat](#)

Escaneja aquest QR i veuràs un vídeo de l'activitat



Data:

juny

Lloc:

Per determinar

S'informarà del preu uns dies abans de la sortida

Competències requisit:

Capacitat d'entendre i seguir instruccions senzilles
Capacitats motrius bàsiques



Campionats de Natació

Activitat dirigida a les esportistes de la Secció Esportiva

Campionat de Catalunya a Sabadell: **24 gener**

Campionat Territorial a Amposta: **9 maig**

Campionat Catalunya piscina descoberta a El Prat de Llobregat: **6 juny**

Totes i tots els nedadors que formen part de la Secció Esportiva APRODISCA juntament amb els familiars i amics que ens vulguin acompanyar, participarem una temporada més als campionats de natació organitzats per la Federació ACELL.

Els acompanyants han de pagar el transport i les esportistes hauran de pagar la inscripció als diferents campionats.



Més activitats!

Durant la temporada anirem organitzant més sortides de cap de setmana i altres activitats com per exemple:

Sortides a la natura

Practicarem esports com pàdel, tenis taula, voleibol, handbol, taekwondo

Cursa "En Marxa Per La Paràlisi Cerebral"

Jocs Special Olympics de Tarragona

Calçotada

Sortides culturals i lúdiques

Sortides els mesos d'estiu

I més...!

Cada mes us anirem informant de totes les sortides que organitzarem, estigueu atentes!



APRODISCA - SEU CENTRAL C/ Josep M. Poblet, 1 - 43400 MONTBLANC (Tarragona)

APRODISCA - SERVEI TERÀPIA OCUPACIONAL C/ de la Vinya,4 - 43400 MONTBLANC (Tarragona)

APRODISCA - LA SELVA Pol. Ind. Mil·lènim - Av. de l'Alumini, 2 - 43470 LA SELVA DEL CAMP (Tarragona)