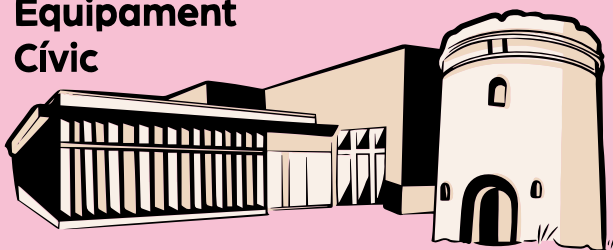




**Equipament
Cívic**



**La Guàrdia
Teresa Losada**

**PROGRAMACIÓ D'ACTIVITATS
DE MAIG A JULIOL 2026**





CASAL DE GENT GRAN DE LA GUÀRDIA

Activitats per a majors de 60 anys

Hipopressius

Dilluns, de 10 a 11 h

Gimnàstica

Dilluns i dimecres, de 16 a 17 h

Punt i ganxet

Dilluns, de 17 a 20 h

Ball en línia

Dimarts, de 16 a 17 h

Dimecres i divendres, de 19 a 20 h



Ball en parella

Dimecres, de 20 a 21 h

Costura

Dimarts, de 17 a 20 h

Zumba

Dijous, de 9.15 a 10.15 h

Pilates

Dijous, de 10.15 a 11.15 h

Sevillanes

Dimecres, de 18 a 19 h

Dijous, de 16 a 17 h

Divendres, de 17 a 18 h

Jocs de taula

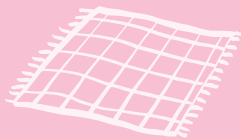
Dijous, de 17 a 20 h

logalates

Divendres, de 10 a 11 h

Cuina

Divendres, de 16 a 20 h



Inscripció: avislaguardia@gmail.com

Atenció presencial: dilluns i dimecres, de 17 a 18.30 h

Atenció telefònica: 640 117 840

Facebook: Casal d'Avis La Guàrdia





ASSOCIACIÓ VEÏNAL LA GUÀRDIA

Activitats per a totes les edats

Full body toning

Dilluns, de 17.30 a 18.30 h

Cardio Tonic

Dijous, de 19.30 a 20.30 h

Zumba

Dilluns, de 19.30 a 20.30 h

Dimarts, de 10.30 a 11.30 h

Dijous, de 18.30 a 19.30 h



Pilates

Dimarts, de 9.30 a 10.30 h i de 19.30 a 20.30 h

Cos i ment

Dimarts, de 18.30 a 19.30 h

Meditació

Dilluns, d'11 a 12 h

Ioga

Dilluns, de 18.30 a 19.30 h

Hatha Ioga

Dimecres, de 10 a 11 h

Compartim cuinant 1

Dimecres, d'11 a 17 h cada 15 dies

Compartim cuinant 2

Dijous, de 16 a 18 h

Cuina infantil

Dimecres, de 17 a 19 h

Inscripció: barrilaguardia2016@outlook.es

Atenció presencial: dijous, de 18 a 20 h

Atenció telefònica: 635 133 306

Facebook: Associació Veïnal Barri La Guàrdia





ASSOCIACIÓ GENT GRAN LA PAU

Activitats per a majors de 60

Dinamització adult gran

De dilluns a divendres, de 17 a 20 h

Taller de memòria i ball

Dijous, de 17.30 a 18.30 h

Una mica de tot (Lectoescritura)

Dimarts, de 17 a 19 h

Informàtica bàsica

Dilluns i dijous, de 18 a 19 h

Dimecres, de 10 a 11 h

L'hora del berenar

Dijous, de 18 a 19 h

Inscripció: barrilaguardia2016@outlook.es

Atenció presencial: dijous, de 18 a 20 h

Atenció telefònica: 635 133 306



COL·LECTIU D'ARTISTES VICENTINS

Activitat per a majors de 18 anys

Taller de ceràmica i modelatge amb fang

Dimarts, de 17 a 19 h

Taller de pintura a l'oli

Dijous, de 17 a 19 h

Inscripció: pmoreno59@gmail.com

Atenció presencial: dimarts de 17 a 19 h

Atenció telefònica: 699 780 468

Facebook: Col·lectiu d'Artistes Vicentins



BONSAI CLUB SANT VICENÇ

Activitat per a totes les edats

Servei d'informació sobre les cures del bonsai i hospital fitosanitaris

Divendres, de 18 a 20 h

Inscripció: bonsanvi@hotmail.com

Atenció presencial: divendres, de 18 a 21 h

Atenció telefònica: 648 635 387



ASSOCIACIÓ CULTURAL MARROQUINA DE SVH Activitat per a infants de 4 a 15 anys

Classes d'àrab

Dissabte i diumenge, de 9.30 a 14.30 h

Inscripció: saidjerroum@hotmail.es

Atenció telefònica: Said - 631 238 670 / Naoual - 639 391 407



ACTIVITATS MUNICIPALS

Departament de Gent Gran:

Activitats per a majors de 60 anys

Inscripcions al Casal de Gent Gran La Guàrdia
o a l'Associació Gent Gran La Pau

Manualitats

Dimecres, de 17 a 18 h

Gimnàstica

Dilluns, dimecres i divendres, de 9 a 10 h

Gimnàstica passiva amb cadira

Dimecres, de 17 a 18 h

Taller de memòria

Dimarts, de 17 a 18 h

Aprendre a fer ús del mòbil

Dimecres, de 18 a 19 h



Departament de Participació,

Civisme i Convivència:

Activitats per a majors de 16 anys

Cercle de dones. Dones que s'acompanyen:

activitat per a majors de 18 anys

Dimecres, d'11 a 12.30 h

El barri t'orienta: atenció sociolaboral (Antena del Servei Local d'Ocupació)

Dimecres, de 15 a 19 h

Cita prèvia a Treball als barris:

686 904 272 / treballbarris@svh.cat



Equipament
Cívic



La Guàrdia



AJUNTAMENT
Sant Vicenç dels Horts



Diputació
Barcelona



Generalitat
de Catalunya



AGENDA
2030

Plaça de la Pau s/n



@AjuntamentSVH

