



agenda de
tardor
2023



Ajuntament d'Odena



benvinguda

Benvingudes i benvinguts,

Un any més, us fem arribar l'Agenda de Tardor d'Òdena, on trobareu els diferents cursos, tallers i activitats esportives, culturals i recreatives que se celebraran al nostre municipi durant la temporada 2023/24.

També hi trobareu les activitats previstes a la Biblioteca L'Atzavara, els espais joves i les diferents associacions del nostre municipi. Moltes gràcies a tot l'equip tècnic i totes les persones que l'han fet possible. Gaudiu de les diferents propostes que s'hi presenten!

Salutacions,

Vanessa Garcia, regidora de Cultura, i Jordi Raventós, regidor d'Esports

normativa general

CALENDARI FORMATIU

Període formatiu: de l' 01/10/2023 al 23/06/2024

El dia 13/10/23 els equipaments romandran tancats

Setmana del 04/12/23 al 08/12/23 els equipaments romandran tancats

Vacances de Nadal: del 25/12 al 07/01/24, ambdós inclosos.

El divendres o dilluns de carnestoltes els equipaments romandran tancats (dia de lliure disposició).

Vacances de Setmana Santa: del 25/03/24 al 02/04/24, ambdós inclosos

Els dies 29/04/24 i el 30/04/24 els equipaments romandran tancats per Festa Major.

INSCRIPCIONS - PAGAMENTS I DEVOLUCIONS

- Inscripcions a partir del 06/09/2023.
- La inscripció és nominal. Amb les teves dades no pots inscriure una altra persona.
- Inscripció de menors d'edat, cal que ho fagi el pare, la mare o el/la tutor legal.
- En el moment de la inscripció, s'ha de fer el pagament de la totalitat del curs.
- Les activitats que no arribin al mínim de persones inscrites el dia 14/09/23, no s'iniciaran. En aquest cas, es farà el retorn de l'import.
- Una vegada iniciats els cursos, es podrà fer la inscripció en aquells que hi hagi plaça i que la dinàmica ho permeti i no perjudiqui el ritme del curs. S'ha de consultar la disponibilitat i les condicions.
- En cas de necessitat de suspensió temporal de les activitats per força major, sempre que sigui possible es recuperaran les sessions. En el supòsit que les activitats no es puguin reiniciar, es retornarà la part proporcional de l'import.
- L'abandonament o baixa de l'alumne/a un cop iniciada l'activitat, no dóna dret a la devolució de cap import.
- Els preus publicats són els que corresponen a cada activitat, a excepció d'errada tipogràfica i/o d'impremta.
- Les inscripcions es podran fer:



Presencials

a partir del 06/09/2023 i fins que s'esgotin les places

OAC Ajuntament d'Òdena – Dilluns a divendres de 09:00h a 14:00h / Dimarts de 16:30h a 19:00h

Pagament en efectiu, amb tarjeta bancària en el moment de la inscripció, i/o aduintant el comprovant de la transferència bancària.

OAC Centre Cívic del Pla – Dijous de 09:00h a 14:00h

Pagament amb tarjeta bancària en el moment de la inscripció, i/o adjuntant el comprovant de la transferència bancària.

No s'accepten pagaments en metàl·lic.

Online

a partir del 06/09/2023 fins el 14/09/2023

A **www.odena.cat** hi trobareu un formulari de cada una de les activitats.

Per formalitzar la inscripció cal emplenar el formulari i adjuntar el justificant de la transferència bancària.



Per més informació **www.odena.cat**
Ajuntament d'Òdena | Tel.èfon 93 801 74 34

activitats

PILATES

Millora la postura i la flexibilitat muscular, fent especial èmfasi en la respiració i l'alineació de la columna i la pelvis. Permet treballar el cos i tonificar la musculatura sense risc de lesions. La respiració adequada és essencial, i t'ajuda a executar els moviments amb la màxima potència i eficiència.

📍 Cal portar estoreta.

GRUP 1. EL NUCLI

📅 Dilluns i dimecres

🕒 15:30h a 16:30h

📍 Gimnàs del Pavelló Mestre Vila Vell
€ 110€

Inici: 2/10/2023

Fi: 19/06/2024

Mínim de: 10

Màxim de: 15

A càrrec de Waldizi

GRUP 2. EL PLA

📅 Dilluns i dimecres

🕒 19:30h a 20:30h

📍 Sala d'Actes del Centre Cívic El Pla
€ 110€

Inici: 2/10/2023

Fi: 19/06/2024

Mínim de: 10

Màxim de: 15

A càrrec de Roger Vicent

GRUP 3. L'ESPELT

📅 Dimarts i dijous

🕒 19:30h a 20:30h

📍 Cal Manco
€ 110€

Inici: 3/10/2023

Fi: 20/06/2024

Mínim de: 10

Màxim de: 15

A càrrec de Xavi Pérez

ZUMBA

La Zumba és una disciplina de ball molt divertida, que poden practicar tant homes com dones. Incrementa la teva energia, millora la coordinació i la condició física, dona benestar al cos, redueix el greix de més, l'estrès i augmenta l'autoestima. Recorda que ballar té un efecte positiu sobre el sistema nerviós i cardiovascular.

GRUP 1. EL NUCLI

📅 Dilluns i dimecres

🕒 20:30h a 21:30h

📍 Gimnàs del Pavelló Mestre Vila Vell
€ 115 €

Inici: 2/10/2023

Fi: 19/06/2024

Mínim de: 10

Màxim de: 20

A càrrec de Marta Rosich

GRUP 2. EL PLA

📅 Dimarts i dijous

🕒 21:00h a 22:00h

📍 Sala d'Actes del Centre Cívic El Pla
€ 115€

Inici: 3/10/2023

Fi: 20/06/2024

Mínim de: 10

Màxim de: 20

A càrrec de Marta Rosich

IOGA

El ioga és una pràctica que connecta el cos, la respiració i la ment, utilitzant postures físiques, exercicis de respiració i meditació per millorar la salut general.

📍 Cal portar estoreta.

EL NUCLI

📅 Dijous

🕒 19:30h a 20:30h

📍 Gimnàs del Pavelló Mestre Vila Vell
€ 125 €

Inici: 5/10/2023

Fi: 20/06/2024

Mínim de: 10

Màxim de: 15

A càrrec de Marta Rosich

TONIFICACIÓ, CONDICIONAMENT FÍSIC I DEFENSA PERSONAL

El condicionament físic és el desenvolupament de capacitats condicionals i coordinatives per millorar el rendiment físic a través de l'exercici. Aquest augmenta les capacitats físiques de la persona ajudant a mantenir un cos saludable i més fort.

★ Activitat compromesa amb la prevenció de la violència de gènere

EL NUCLI

📅 Dimecres i divendres

🕒 09:00h a 10:00h

📍 Gimnàs del Pavelló Mestre Vila Vell
€ 110 €

Inici: 4/10/2023

Fi: 21/06/2024

Mínim de: 4

Màxim de: 15

A càrrec de Marta Queralt

COUNTRY

El ball country és una activitat esportiva que té beneficis físics: la flexibilitat, la respiració, la resistència, l'habilitat, els reflexos, l'equilibri, la correcció de postures i la coordinació.

📅 Dimecres

🕒 Cada quinze dies de 10:00h a 11:00h / cada quinze dies de 21:00h a 22:00h

📍 Sala d'actes centre cívic del Pla

€ gratuït

Inici: 4/10/2023 **Fi:** 26/06/2024

Mínim de: 4 **Màxim de:** 15

A càrrec de Maria Hornos

BALLADES DE COUNTRY

Les ballades de country vol ser un espai per ballar coreografies d'aquest estil, gaudint de la música, de la companyia i del ball.

📅 Dissabte 28/10/23 Dissabte 25/11/23 Dissabte 30/12/23
Dissabte 27/01/24 Dissabte 24/02/24 Dissabte 23/03/24
Dissabte 27/04/24 Dissabte 25/05/24 Dissabte 29/06/24
Dissabte 27/07/24 Dissabte 10/08/24 Dissabte 28/09/24

🕒 18:00h a 21:00h

📍 Sala d'actes centre cívic del Pla

€ Gratuït

Inici: 28/10/2023 **Fi:** 28/09/2024

Mínim de: 4 **Màxim de:** 15

A càrrec de Maria Hornos.

✍️ Inscripcions:
marpazmhr@gmail.com

BOLLYWOOD

El bollywood és una dansa molt expressiva i t'ajudarà a expressar-te a través del ball, sobretot amb la cara i les mans i a canalitzar l'energia i a sentir-te millor. Treballarà tècnica i coreografia.

📅 Dijous

🕒 20:45h a 22:15h

📍 Gimnàs del pavelló Mestre Vila Vell

€ 140€

Inici: 5/10/2023 **Fi:** 20/06/2024

Mínim de: 6 **Màxim de:** 15

A càrrec de Sílvia Carreras

RESTAURACIÓ DE MOBLES

La restauració i la conservació són accions tècniques, que tenen per objectiu allargar la vida del moble, respectant l'aspecte material i el seu significat històric-artístic. En aquest taller l'alumnat ha d'aprendre a reconèixer l'estat de conservació de la peça i decidir quina serà la millor actuació al respecte. Va adreçat a tota aquella persona que vulgui assolir i fomentar uns coneixements bàsics en la restauració de moble i objectes antics.

📅 Dimecres

🕒 1r. grup- 16:30h a 18:30h; 2n grup- 18:30h a 20:30h

📍 Antiques Escoles, Espelt

€ 125€

Inici: 4/10/2023 **Fi:** 26/06/2024

Mínim de: 6 **Màxim de:** 8

A càrrec de Paquita Izquierdo

ESPAI DONA I SALUT

Un espai tranquil per aprendre a gestionar les emocions i a viure el present amb més plenitud i així, conèixe'ns, cuidar-nos, empoderar-nos i millorar el nostre benestar.

Per tant, si tens ganes de dedicar-te un temps per tu i de fer xarxa tot compartint amb altres dones, t'esperem!

📅 1r i 3r dijous de cada mes

🕒 9:00h a 10:00h

📍 Espai polivalent – Centre Cívic del Pla

€ Gratuït

Inici: 5/10/2023 **Fi:** 21/12/2023

Mínim de: 4 **Màxim de:** 8

A càrrec de l'Àrea de Serveis a les Persones

ALFABETITZACIÓ - Especial DONES

La formació està adreçada especialment a DONES no alfabetitzades o que desconeixen l'alfabet llatí.

Una acció coordinada amb la unitat de Ciutadania i Convivència del Departament de Benestar Social del Consell Comarcal de l'Anoia, amb l'objectiu de promoure la autonomia de les dones en la seva vida quotidiana.

📅 Dimarts i dijous

🕒 15:00h a 16:50h

📍 Sala polivalent C.Cívic El Pla

€ Gratuït

Inici: 3/10/2023 **Fi:** 19/12/2023

A càrrec de Fundació Sociocultural Atlas

✍️ Inscripcions: Àrea Servei a les Persones, l'Aj. d'Òdena

TEATRE MUSICAL

Teatre musical és una forma de teatre en què es treballa i combina la dansa, el cant i la interpretació. Coreografies, escenografia, vestuari, llums...

✉ Inscripcions: desmowí@gmail.com / 621 182 162 - 621 255 590

GRUP A: Nens/es a partir de 6 anys

📅 Divendres
🕒 18:00h a 19:30h
📍 Teatre Unió Agrícola
€ 50€

Inici: 8/09/2023 **Fi:** 21/06/2024
Mínim de: 5

A càrrec de Trenta 10 Mariantonia Teatre

GRUP B: Adolescents de 10 a 20 anys

📅 Divendres
🕒 17:30h a 20:30h
📍 Teatre Unió Agrícola
€ 69€

Inici: 8/09/2023 **Fi:** 21/06/2024
Mínim de: 5

A càrrec de Trenta 10 Mariantonia Teatre

GRUP C: Adults

📅 Divendres
🕒 20:30h a 22:00h
📍 Teatre Unió Agrícola
€ 45€

Inici: 8/09/2023 **Fi:** 21/06/2024
Mínim de: 5

A càrrec de Trenta 10 Mariantonia Teatre

especial sèniors

Adreçat especialment a les PERSONES GRANS

TOTES LES ACTIVITATS SÓN GRATUÏTES
Àrea de la Gent Gran

GIMNÀSTICA PER A LA GENT GRAN

Sessions d'exercici en grup dirigides per a transmetre un envelliment actiu en la població.

GRUP 1 - NUCLI

📅 Dimarts i dijous
🕒 10:00h a 11:00h
📍 Gimnàs del Pavelló Mestre Vila Vell
€ Gratuït

Inici: 3/10/2023 **Fi:** 20/06/2024
Mínim de: 8

A càrrec de Marta Caralt

GRUP 2 - EL PLA

📅 Dimarts i dijous
🕒 11:30h a 12:30h
📍 Sala d'Actes del Centre Cívic El Pla
€ Gratuït

Inici: 3/10/2023 **Fi:** 20/06/2024
Mínim de: 8

A càrrec de Marta Caralt

GRUP 3 - L'ESPELT

📅 Dilluns
🕒 10:00h a 11:00h
📍 Cal Manco
€ Gratuït

Inici: 3/10/2023 **Fi:** 20/06/2024
Mínim de: 8

A càrrec de Marta Caralt

INICIACIÓ A LA MARXA NÒRDICA

La marxa nòrdica és un esport que va néixer a Finlàndia, consisteix en caminar amb dos bastons per activar la part alta del cos. Amb aquesta pràctica es pretén distribuir de forma equilibrada l'esforç físic sobre els diversos grups musculars del cos.

📅 Divendres
🕒 15:00h a 16:30h
📍 Inici des de diversos punts del municipi
€ Gratuït

Inici: 6/10/2023 **Fi:** 22/12/2023
Mínim de: 5 **Màxim de:** 15

A càrrec de Josep Antoni Roperó

Activitat a l'aire lliure, es farà una XERRADA DE PRESENTACIÓ de l'activitat oberta a tothom el dia 6 de setembre a les 10h a la Sala d'Actes de la Biblioteca l'Atzavara.

PLAY BACK

BUSQUEM HOMES que vulguin formar part del grup. T'animes?

Simulació i escenificació d'un repertori musical gravat amb anterioritat. Si la música i la interpretació són la teva afició, no ho dubtis, demostra que l'edat no ha de ser una limitació a l'hora de mantenir-se dinàmic/a. Mai no és massa tard per començar!

Activitat que combina el teatre, la música i la dansa, la confecció de vestuari i decorats.

📅 Dilluns
🕒 15:30h a 19:30h
📍 Teatre Unió Agrícola
Inici: 4/09/2023 **Fi:** 17/06/2024

A càrrec de l'Associació Cultural Vella Amistat

✉ Més informació: assvellamistat@gmail.com



ARTS PLÀSTIQUES I MANUALS

Amb l'objectiu de participar en les activitats i festes del nostre municipi, farem artesanía i manualitats mitjançant les arts plàstiques. Treballarem per la Marató, vestirem de Nadal l'Ajuntament, omplirem de roses i dracs de Sant Jordi...

📅 Dilluns

🕒 09:45h a 11:45h

📍 Sala polivalent Centre Fraternal

€ gratuït

Inici: 18/09/2023 **Fi:** 29/07/2024

Mínim de: 4 **Màxim de:** 15

A càrrec d'Isabel Rocabayera

“COSER Y CANTAR”

La costura, igual que qualsevol altra tècnica manual, relaxa, estimula la creativitat, frena el deteriorament cognitiu, millora l'autoestima i ajuda a lluitar contra l'estrès.

Activitat dirigida on realitzarem projectes de costura creativa específics i altres manualitats.

📅 Dimarts

🕒 09:30h a 11:30h

📍 Casal de la Gent Gran, C.Cívica El Pla

€ gratuït

Inici: 19/09/2023 **Fi:** 18/06/2024

Mínim de: 6 **Màxim de:** 14

A càrrec de Vanessa Gómez

“DIBUIXEM? PINTEM?” Curs amb colors aquarel·lats

Dibuixar, pintar i colorejar desenvolupa múltiples i variades capacitats, com són la paciència i la concentració, la perseverança o l'expressió i la diversió. És beneficiós pel cervell, estimula el costat lògic racional i el creatiu i també les emocions. S'estimula la imaginació i es fa treballar el cervell complet. Es treballa la motricitat.

📅 Dimecres

🕒 10:00h a 12:30h

📍 Sala polivalent Centre Fraternal

€ gratuït

Inici: 04/10/2023 **Fi:** 19/06/2024

Mínim de: 6 **Màxim de:** 14

A càrrec de Montserrat Bonastre

★ Aportació de 25€ pel bloc.

PUNTES DE COIXÍ

La punta de coixí, randa o boixets és un art tèxtil que consisteix a elaborar unes filigranes fines i complexes a partir de l'ús d'un patró de cartolina, fil, boixets, agulles i un coixí.

📅 Dilluns

🕒 17:00h a 19:00h

📍 Sala polivalent Centre Fraternal

€ gratuït

Inici: 04/09/2023 **Fi:** 17/06/2024

Màxim de: 10

A càrrec d'Anna M. Duran

✍️ Inscripcions: Associació Cultural de Dones Odenenques. Tel. 670758780

INFORMÀTICA esTIC + A PROP

Adreçat a les persones majors de 65 anys en les possibilitats de comunicació i informació que et pot adreçar el teu telèfon mòbil o tauleta. Avui en dia la tecnologia ens fa sentir més acompanyats/des i informats/des. Tant la informàtica com l'aprenentatge d'ús dels dispositius afavoreixen l'autonomia personal, fomenta les relacions socials i augmenta la capacitats mentals i emocionals. En les classes es resolen dubtes i es fa un acompanyament de les necessitats de cada alumne/a.

📅 Dilluns

🕒 1r GRUP: 09:30h a 10:30h

2n GRUP: 10:30h a 11:30h

📍 Sala polivalent C. Cívica El Pla

€ gratuït

Inici: 02/10/2023 **Fi:** 17/06/2024

Màxim de: 8

A càrrec de Vanessa Gómez



especial sèniors

PATCHWORK

Es tracta d'una tècnica molt antiga que ja porta un bon grapat d'anys de moda i consisteix a cosir trossos de tela de colors, dibuixos i formes diferents. Qui la practica diu que els beneficis són molts: desconnectar de la rutina, desenvolupar la creativitat, promoure el bon humor, la concentració i la paciència.

📅 Dilluns

🕒 15:30h a 18:00h

📍 Sala polivalent Centre Fraternal

€ gratuït

Inici: 04/09/2023 **Fi:** 17/06/2024

Màxim de: 10

A càrrec de Mercè Dueñas

📝 Inscripcions: Associació Cultural de Dones Odenenques. Tel. 670758780

KIMO-KAP

Els Kimo-kaps, nom inspirat en les paraules Kimo Kap (gorro de químio, en anglés), són bandanes solidàries que es regalen a petits/es guerrers/es que estan en tractament oncològic. Al taller de Kimo-kap confeccionem bandanes per regalar i aprofitem la tela sobrant per confeccionar petites manualitats a intercanviar per un petit donatiu en fires i mercats. També col·laborem amb altres associacions i projectes solidaris com el projecte ABRIGA de la ONG Vida Significativa, el projecte solidari Núvol de lletres, etc.

📅 Dilluns a divendres

🕒 17:00h a 20:00h. Tallers monogràfics a concretar.

📍 Altell, C. Cívica El Pla

€ gratuït

Inici: 18/09/2023 **Fi:** 18/09/2024

Màxim de: 20

A càrrec de Núria Corrons. Associació Kimo-Kap Catalunya

TALLER DE MEMÒRIA

Els tallers de memòria tenen com a objectiu treballar l'autoconeixement de les persones participants, durant l'hora i mitja de curs. El mètode de treball consisteix en la pràctica d'activitats molt diverses i temporalitzades, sempre noves per mantenir l'efecte sorpresa i alternant diferents habilitats. En aquest aspecte es treballa la intel·ligència fluida, seqüències rítmiques corporals, sudokus, tangram, raonament de figures, analogies verbals, ordre de paraules alfabèticament, lògiques, etc.

“Què en saps de tu en aquest moment de la vida que poses la mirada a tu mateixa?”, “Què en saps del teu cos?”, són algunes de les qüestions que pretenen respondre els diferents exercicis plantejats. Als tallers de memòria es posa accent a com reconstruir-nos, més enllà del dol a la pèrdua de memòria, i pretenen ser eines per recuperar-se, a través del treball grupal i resolució en equip, i la direcció dialectal de la coordinadora.

GRUP 1 - NUCLI

📅 Dimarts

🕒 15:30h a 17:00h

📍 Sala polivalent Centre Fraternal

€ Gratuït

Inici: 19/09/2023 **Fi:** 19/12/2023

A càrrec de Marta Brufau

GRUP 2 - ESPELT

📅 Dimarts

🕒 17:30h a 19:00h

📍 Cal Manco

€ Gratuït

Inici: 19/09/2023 **Fi:** 19/12/2023

A càrrec de Marta Brufau

GRUP 3 - L'ESPELT

📅 Dimecres

🕒 09:00h a 10:30h

📍 Casal de la Gent Gran, C.Cívica El Pla

€ Gratuït

Inici: 20/09/2023 **Fi:** 20/12/2023

A càrrec de Marta Brufau

★Projecte “Anoia Velleja Activa” CCAA, per a un envelliment saludable



especial sèniors

INAUGURACIÓ “MOSTRA DE CREACIONS” DE LES DONES DEL DILLUNS

El dimarts 19 de setembre s'inaugura la mostra de les creacions del grup de les dones dels dilluns d'Òdena a l'edifici de Cal Manco, a l'Espelt. És una iniciativa per vincular els diferents nuclis del territori a través de l'art. L'acte, que se celebrarà a les 17.30h, estarà acompanyat per un petit berenar i coincidirà amb l'inici del taller de memòria a Cal Manco. Hi haurà un petit refrigeri.

📅 Dimarts 19 de setembre

🕒 17:30h

📍 Cal Manco

XERRADA-COL·LOQUI SOBRE EL DANY CEREBRAL ADQUIRIT (DCA)

Xerrada-col·loqui amb la terapeuta ocupacional per explicar què és el DCA, factors de risc, què fer quan es pateix un DCA, el paper de la família i l'entorn. Va acompanyat de la projecció d'un audiovisual.

📅 Divendres, 20 d'octubre

🕒 18:30h

📍 Sala actes Biblioteca l'Atzavara

A càrrec de Montse Ramos / DCA Anoia

Organitza Ajuntament d'Òdena i Associació DCA Anoia

ACTIVITATS GRUPALS. BENESTAR EMOCIONAL I HÀBITS SALUDABLES

Tens alguna situació o malaltia difícil de gestionar? Dol, diabetes, cuidadors, ansietat, depressió, insomni, obesitat, fibromialgia, altres...

Amb l'objectiu de proporcionar estratègies per afavorir una bona salut i qualitat de vida en un espai de confiança i confidencialitat.

Demana informació al teu Centre d'Atenció Primària (CAP)

És una activitat organitzada per l'Institut Català de la Salut de la Catalunya Central.

especial setmana de la gent gran

Octubre 2023

La Setmana de la Gent Gran és un acte de reconeixement al col·lectiu de la gent gran. Consisteix en tot un seguit d'activitats durant tota una setmana i que acaba amb el reconeixement de l'odenenc i odenenca més gran i amb el reconeixement a les parelles que durant aquest any celebren els 50 anys de casats.

Estigueu molt atents i atentes a les activitats que es programaran per aquesta setmana.

Més endavant us farem arribar les dates amb tota la programació!

HOMENATGE ALS MATRIMONIS QUE ENGUANY CELEBREN ELS 50 ANYS DE CASATS

Cerquem totes aquelles persones que durant l'any 2023 celebren les Noces d'Or.

Feu-nos saber qui sou i contacteu abans del 22 de setembre amb l'Àrea de la Gent Gran de l'Ajuntament trucant al telèfon 938017434.

*Teniu en compte que perquè l'Ajuntament us faci un obsequi caldrà que feu la inscripció.



infància i joventut

Àrea de joventut



ESPAI JOVE - Nucli

L'Espai Jove és el servei municipal d'informació juvenil. Un espai de participació i trobada on es proposaran tallers i activitats.

📅 Dilluns a divendres

🕒 17:15h a 19:30h

📍 Espai Jove, Pompeu Fabra, 14

€ Gratuït

Inici: 18/09/2023

Fi: 23/06/2024

ESPAI JOVE - Pla

L'Espai Jove és el servei municipal d'informació juvenil. Un espai de participació i trobada on es proposaran tallers i activitats.

📅 Dilluns a divendres

🕒 17:15h a 19:30h

📍 Sala polivalent C.cívic El Pla

€ Gratuït

Inici: 02/10/23

Fi: 23/06/2024

TALLER PROTONS PERCUSSIÓ

Taller de percussió a càrrec de l'entitat Protons percussió d'Òdena on s'aprendrà des de les bases de la percussió fins a ritmes de la percussió moderna actual.

Serà un taller per fomentar la inclusió, el respecte i el treball en equip mitjançant la música.

📅 a determinar

🕒 a determinar

📍 Carrer Lleida – El Pla d'Òdena

€ Gratuït

Inici: finals de setembre **Fi:** finals de novembre

A càrrec de Nézar Kamal – Referent d'emancipació i inclusió juvenil del CCAA

CASTANYADA jove 2023

La Comissió jove d'Òdena "La Gargantua Odenenca", amb la col·laboració de l'àrea de joventut de l'Ajuntament d'Òdena estem elaborant un seguit de propostes per aquest Halloween 2023.

Segueix-nos a les xarxes socials, estaràs al dia de tota la programació!



ASSOCIACIÓ DE CULTURA POPULAR D'ODENA (ACPO)

Si t'agraden les tradicions i les cercaviles vine a formar part de la nostra colla d'imatgeria popular!

L'ACPO et convida a participar de la construcció de la imatgeria, de les cercaviles del nostre poble i dels pobles veïns, a gaudir de les festes i tradicions des de dins a majors de 18 anys i a menors acompanyats d'un adult. Podeu fer de portadors d'imatgeria, acompanyants o músics.

Ens pots trobar:

acpodenenca@gmail.com

📷 @acpodena

telèfon: 621277155

agenda de la biblioteca

setembre a desembre 2023

Horari hivern biblioteca (a partir del 12/09)

Matins de dimarts, dimecres i dissabtes de 10:00 a 13:00 h

Tardes de dilluns a divendres de 15:30 a 20:00 h



l'atzavara

BIBLIOTECA MUNICIPAL

Del 28 d'agost al 22 de setembre. Obrim inscripcions dels cinc clubs de lectura de la biblioteca:

Club de lectura infantil

Adreçat a nois i noies de 5è i 6è de primària

📅 Tercer dimecres de cada mes a les 17:30h

Dinamitzat per Laura Sánchez

Club de lectura juvenil

Adreçat a nois i noies de 1r i 2n d'ESO

📅 Primer dimecres de cada mes a les 17:30h

Dinamitzat per Laura Sánchez

Club de lectura de novel·la. Grup A

📅 Primer divendres de cada mes a les 18:00h

Dinamitzat per Mercè Vaquero i Eva Xaver

Club de lectura de novel·la. Grup B

📅 Primer divendres de cada mes a les 19:00h

Dinamitzat per Mercè Vaquero i Eva Xaver

Club de Lectura en Veu Alta

📅 Primer i tercer dimarts de cada mes a les 11:30h

Espai de trobada quinzenal adreçat a persones que vulguin millorar la seva comprensió, expressió i lectura en català.

Dinamitzat per Cesca Llabès

setembre

DIMECRES 6 DE SETEMBRE

10:00h – sala d'actes de la biblioteca

Xerrada de presentació de l'activitat de Marxa Nòrdica

Per tal de conèixer en què consisteix aquesta tècnica esportiva a l'aire lliure que va néixer a Finlàndia i que consisteix en caminar amb dos bastons per activar la part alta del cos.

Són múltiples els beneficis de la pràctica d'aquest esport i contribueix a una millora en el benestar.

Aquesta presentació està oberta a tothom i especialment al col·lectiu de la Gent Gran.

A càrrec de Josep Antoni Roperó Germán.

DIMECRES 6 DE SETEMBRE

17:30h – sala d'actes de la biblioteca

Primera trobada del club de lectura juvenil de la biblioteca. Sessió de presentació i benvinguda al club!

Dinamitzat per Laura Sánchez

Adreçat a nois/es de 1r i 2n d'ESO. Cal inscripció prèvia a la Biblioteca

DIMECRES 13 DE SETEMBRE

18:00h – sala d'actes de la Biblioteca

Hora del conte infantil amb teatre d'ombres "El mico i la tortuga"

El mico i la tortuga és l'adaptació amb sentit de l'humor i dinamisme d'un conte tradicional filipí. Després d'un tifó en una illa filipina, el mico Filós i la tortuga Ballaruga decideixen replantar alguna palmera per tenir plàtans. La tortuga no sap enfil·lar-se pel tronc i agafar els fruits. El mico decideix ajudar-la i compartir els plàtans, però no tot és tant fàcil com sembla... En aquesta aventura els protagonistes s'ho passen molt bé junts com també s'enfaden de valent, al final, però, prevaldrà la seva amistat.

A càrrec de Marta Esmarats

Adreçat a nens i nenes +4 anys

DIVENDRES 15 DE SETEMBRE

18:30h – sala d'actes de la biblioteca

Primera trobada del club de lectura de novel·la d'aquest curs (Grup A + Grup B)

Comentarem el llibre "Plans de futur" de Màrius Serra. Comptarem amb la presència de l'autor a la trobada.

Dinamitzat per Mercè Vaquero i Eva Xaver

Cal inscripció prèvia a la biblioteca

DIMECRES 20 DE SETEMBRE

17:30h – sala d'actes de la biblioteca

Primera trobada del club de lectura infantil de la biblioteca. Sessió de presentació i benvinguda al club!

Dinamitzat per Laura Sánchez

Adreçat a nois i noies de 5è i 6è de primària. Cal inscripció prèvia a la biblioteca

DIJOUS 21 DE SETEMBRE

18:00h – sala d'actes de la biblioteca

Conferència: L'energia a Catalunya: com hem arribat on som? dins el Programa "Altres Veus: parlem d'energia"

A càrrec de Joaquim Corominas Viñas, Doctor Enginyer Industrial.

President i organitzador de l'Associació Congrés d'Energia de Catalunya.

Membre de la Junta de la Societat Catalana de Tecnologia.

La industrialització de Catalunya es va fer amb energia hidràulica i energia tèrmica tot cremant llenya, carbonitzant-la o gasificant-la. Aquestes energies es van transformar a calor, electricitat o energia mecànica. A partir de la II Guerra mundial, el petroli, el gas i l'energia nuclear van anar ocupant el mercat energètic dominat per grans empreses que han anat comprant les petites o les anant traient del mercat i provocant un canvi en el clima i la contaminació atmosfèrica, fins arribar a uns límits massa perjudicadors. Les grans empreses energètiques convencionals s'han convençut que no poden fer el de sempre, i s'han anat introduint en les energies renovables i en les batejades amb colors i, per no malmetre la natura, generar l'electricitat fora de Catalunya.

DIMARTS 3 D'OCTUBRE

11:30h – sala d'actes de la biblioteca

Primera trobada del Club de Lectura en Veu Alta de la biblioteca

Espai de trobada quinzenal adreçat a persones que vulguin millorar la seva comprensió, expressió i lectura en català.

Dinamitzat per Cesca Llabès.

Adreçat a persones adultes

Cal inscripció prèvia a la biblioteca

DIMECRES 4 D'OCTUBRE

17:30h – sala d'actes de la biblioteca

Club de lectura juvenil de la biblioteca

Comentarem el llibre "Sense filtres" de Maria Carme Roca

Dinamitzat per Laura Sánchez

Adreçat a nois i noies de 1r i 2n d'ESO

Cal inscripció prèvia a la biblioteca

DIVENDRES 6 D'OCTUBRE

18:00h – sala d'actes de la biblioteca

Club de lectura de novel·la (Grup A)

Comentarem el llibre "Les nostres mares" de Gemma Ruiz

Dinamitzat per Mercè Vaquero i Eva Xaver

Cal inscripció prèvia a la biblioteca

DIVENDRES 6 D'OCTUBRE

19:00h – sala d'actes de la biblioteca

Club de lectura de novel·la (Grup B)

Comentarem el llibre "Les nostres mares" de Gemma Ruiz

Dinamitzat per Mercè Vaquero i Eva Xaver

Cal inscripció prèvia a la biblioteca

DISSABTE 7 D'OCTUBRE

11:00h – sala d'actes de la biblioteca

Hora del conte menuda "La granja no s'adorm"

Una sessió de titelles i cançons amb els animals de la granja.

A càrrec d'Ada Cusidó

Adreçat a nens i nenes de 0 a 4 anys

DILLUNS 9 D'OCTUBRE

18:30h – sala d'actes de la biblioteca

Xerrada sobre Salut Mental. Projecte Bitàcola per a joves

Adreçat a persones entre 16 i 30 anys que manifesten algun malestar emocional i seves les famílies.

A càrrec d'un professional de Salut Mental Anoia

DILLUNS 16 D'OCTUBRE

17:30h – sala d'actes de la biblioteca

Ficció en Joc famílies

Al taller familiar de Ficció en joc reflexionarem sobre el paper dels videojocs avui en dia. Descobrirem noves maneres i nous jocs per compartir i aprendre. T'hi apuntes?

Aforament limitat. Cal inscripció prèvia

Dinamitzat per Laura Sánchez i Eva Xaver

DIMARTS 17 D'OCTUBRE

11:30h – sala d'actes de la biblioteca

Club de Lectura en Veu Alta

Espai de trobada quinzenal adreçat a persones que vulguin millorar la seva comprensió, expressió i lectura en català.

Dinamitzat per Cesca Llabès

Adreçat a persones adultes. Cal inscripció prèvia a la biblioteca.

DIMECRES 18 D'OCTUBRE

17:30h – sala d'actes de la biblioteca

Club de lectura infantil de la biblioteca

Comentarem el llibre "Cartes de l'esquirol a la formiga" de Toon Tellegen

Dinamitzat per Laura Sánchez

Adreçat a nois i noies de 5è i 6è de primària

Cal inscripció prèvia a la biblioteca

DIJOUS 19 D'OCTUBRE

18:00h – sala d'actes de la biblioteca

Taller de creació i experimentació "Descobrim Picasso"

En aquest taller descobrirem la figura d'aquest artista a través de diferents llibres il·lustrats i farem una creació plàstica inspirada en la seva obra.

Concretament, ens centrarem en el gènere del RETRAT. A través de diversos exemples, tant de Picasso com d'altres artistes, veurem maneres diferents de representar la figura humana i finalment crearem el nostre propi retrat amb diferents materials.

A càrrec de Marta Ardité

Adreçat a nois i noies de 6 a 12 anys.

Aforament limitat. Cal inscripció prèvia a la biblioteca

Activitat en commemoració Picasso 1973-2023, motiu dels 50 anys de la mort de l'artista malagueny.

DIVENDRES 20 D'OCTUBRE

18:30h – sala d'actes de la biblioteca

Xerrada-Col·loqui sobre el Dany Cerebral Adquirit (DCA)

Xerrada-col·loqui amb la terapeuta ocupacional per explicar què és el DCA, factors de risc, què fer quan es pateix un DCA, el paper de la família i l'entorn. Va acompanyat de la projecció d'un audiovisual.

A càrrec de Montse Ramos / DCA Anoia

DISSABTE 21 D'OCTUBRE

10:00h – sala d'actes de la biblioteca

VI edició del Dictat en Català d'Òdena

Un any més l'Ajuntament d'Òdena, a través de l'Àrea de Serveis a les Persones, amb l'objectiu de promoció i promoure la llengua catalana entre la població, organitza conjuntament amb la Biblioteca l'Atzavara d'Òdena i l'APLEC (Associació Promotora de la Llengua Catalana) una nova edició del Dictat en Català d'Òdena.

L'organització triarà un text que es mantindrà en secret fins el moment de dictar-lo.

Cal inscripció prèvia (últim dia inscripcions 17/10) a la biblioteca, b.odena@diba.cat, 937006630

10:00h Categoria Juvenil (de 12 a 16 anys)

11:00h Categoria Adults +17 anys

Podem consultar les bases a odena.cat

DIMECRES 25 D'OCTUBRE

18:00h – sala d'actes de la biblioteca

Hora del conte infantil "Illes i tresors"

A càrrec de Mònica Torra

Adreçat a nens i nenes +4 anys



DIVENDRES 27 D'OCTUBRE

18:00h – sala d'actes de la biblioteca

Conferència: La transició energètica a Catalunya dins el Programa "Altres Veus: parlem d'energia"

A càrrec de Ramon Sans Rovira, enginyer industrial per la Universitat Politècnica de Catalunya i màster en Tècniques de Direcció i Gestió Empresarial per la Universitat de Barcelona, on també realitza diversos postgraus. Es autor del model de càlcul TE21 sobre transició energètica, del web amb dades de tots els Municipis i Comarques de Catalunya: www.transicioenergetica.com i dels dos llibres: El col·lapse és evitable (2014) i La darrera oportunitat (2016).

La transició energètica implica un canvi dràstic en el model de producció d'energia: es deixen de comprar i cremar combustibles fòssils molt contaminants com el petroli, el carbó i el gas natural i de fusionar urani i es passa a aprofitar fonts renovables com el Sol, l'Aire i l'Aigua que són netes i gratuïtes.

DIMARTS 31 D'OCTUBRE

11:30h – sala d'actes de la biblioteca

Club de Lectura en Veu Alta

Espai de trobada quinzenal adreçat a persones que vulguin millorar la seva comprensió, expressió i lectura en català.

Dinamitzat per Cesca Llabès

Adreçat a persones adultes. Cal inscripció prèvia a la biblioteca

novembre

DIVENDRES 3 DE NOVEMBRE

18:30h – sala d'actes de la biblioteca

Club de lectura de novel·la (Grup A + Grup B)

Comentarem el llibre "Quanta, quanta guerra", de Mercè Rodoreda. Comptarem amb la presència de Pep Farrés, que ha participat en l'adaptació teatral de la novel·la i que el divendres dia 10 anirem a veure al Teatre Unió Agrícola d'Odena.

Moderat per Mercè Vaquero i Eva Xaver

Cal inscripció prèvia a la biblioteca

DISSABTE 4 DE NOVEMBRE

11:00h – sala d'actes de la biblioteca

Hora del conte menuda "Bitxos i cuques"

A càrrec de Cristina Noguer "Creixent amb art"

Des de la cabana del bosc, la Cristina buscarà els animalons més petitons, per explicar-vos moltes històries i cantar-vos moltes cançons.

Adreçat a nens i nenes de 0 a 4 anys

DIMECRES 8 DE NOVEMBRE

17:30h – sala d'actes de la biblioteca

Nova trobada del club de lectura juvenil

Dinamitzat per Laura Sánchez

Adreçat a nois i noies de 1r i 2n d'ESO

Cal inscripció prèvia a la biblioteca

DIJOUS 9 DE NOVEMBRE

18:30h – Biblioteca de Masquefa

Club del Llibre amb l'autora Gemma Ruiz

Trobada de les participants als clubs de lectura de novel·la de les biblioteques de l'Anoia, per conversar amb l'autora Gemma Ruiz. Presentació a càrrec de Marina Llansana.

Sala polivalent de la Biblioteca de Masquefa.

Activitat adreçada a les participants del club de lectura de la biblioteca.

Aforament limitat. Amb inscripció prèvia.

DILLUNS 13 DE NOVEMBRE

17:30h – sala d'actes de la biblioteca

Ficció en Joc famílies

Al taller familiar de Ficció en joc reflexionarem sobre el paper dels videojocs avui en dia. Descobrirem noves maneres i nous jocs per compartir i aprendre. T'hi apuntes?

Aforament limitat. Cal inscripció prèvia

Dinamitzat per Laura Sánchez i Eva Xaver

DIMARTS 14 DE NOVEMBRE

11:30h – sala d'actes de la biblioteca

Club de Lectura en Veu Alta

Espai de trobada quinzenal adreçat a persones que vulguin millorar la seva comprensió, expressió i lectura en català.

Dinamitzat per Cesca Llabès

Adreçat a persones adultes

Cal inscripció prèvia a la biblioteca

DIMECRES 22 DE NOVEMBRE

17:30h – sala petita de la biblioteca

Nova trobada del club de lectura infantil

Dinamitzat per Laura Sánchez

Adreçat a nois i noies de 5è i 6è de primària

Cal inscripció prèvia a la biblioteca

DIMECRES 22 DE NOVEMBRE

18:00h – sala d'actes de la biblioteca

Hora del conte infantil "Bironqueta, birondo, contes tardor"

Els arbres es despullen, en Marrameu torra castanyes a la voreta del foc, a la castanyera la camisa li va petita, la faldilla li fa campana i les sabates li fan cloc-cloc.

Xim xi ri bó, quina emoció!

A càrrec de mOn Mas

Adreçat a nens i nenes +4 anys

DIMARTS 28 DE NOVEMBRE

11:30h – sala d'actes de la biblioteca

Club de Lectura en Veu Alta

Espai de trobada quinzenal adreçat a persones que vulguin millorar la seva comprensió, expressió i lectura en català.

Dinamitzat per Cesca Llabès

Adreçat a persones adultes

Cal inscripció prèvia a la biblioteca



desembre

DIVENDRES 1 DE DESEMBRE

18:00h – sala d'actes de la biblioteca

Club de lectura de novel·la (Grup A)

Comentarem el llibre "Sortir a robar cavalls" de Per Petterson

Dinamitzat per Mercè Vaquero i Eva Xaver

Cal inscripció prèvia a la biblioteca

DIVENDRES 1 DE DESEMBRE

19:00h – sala d'actes de la biblioteca

Club de lectura de novel·la (Grup B)

Comentarem el llibre "Sortir a robar cavalls" de Per Petterson

Dinamitzat per Mercè Vaquero i Eva Xaver

Cal inscripció prèvia a la biblioteca

DISSABTE 2 DE DESEMBRE

11:00h – sala d'actes de la biblioteca

Hora del conte menuda "On és el meu tíó?"

El Nadal s'acosta...A la Mariona li agrada molt el Nadal, decorar el seu arbre a casa i sortit a buscar el seu tíó. Però no sembla fàcil...el tíó s'ha amagat molt aquest Nadal...Haurà de demanar ajuda a alguns animalons del bosc...

A càrrec de Laura Asensio

Adreçat a nens i nenes de 0 a 4 anys

DILLUNS 11 DE DESEMBRE

17:30h – sala d'actes de la biblioteca

Ficció en Joc famílies

Al taller familiar de Ficció en joc reflexionarem sobre el paper dels videojocs avui en dia. Descobrirem noves maneres i nous jocs per compartir i aprendre. T'hi apuntes?

Aforament limitat. Cal inscripció prèvia

Dinamitzat per Laura Sánchez i Eva Xaver

DIMARTS 12 DE DESEMBRE

11:30h – sala d'actes de la biblioteca

Club de Lectura en Veu Alta

Espai de trobada quinzenal adreçat a persones que vulguin millorar la seva comprensió, expressió i lectura en català.

Dinamitzat per Cesca Llabrés

Adreçat a persones adultes

Cal inscripció prèvia a la biblioteca

DIMECRES 13 DE DESEMBRE

17:30h – sala d'actes de la biblioteca

Nova trobada del club de lectura juvenil

Dinamitzat per Laura Sánchez

Adreçat a nois i noies de 1r i 2n d'ESO

Cal inscripció prèvia a la biblioteca

DIJOUS 14 DE DESEMBRE

DE 17:30 A 19:30h – sala d'actes de la biblioteca

Taller familiar de Nadal

A càrrec del personal de la biblioteca

Adreçat a infants +4 anys

DISSABTE 16 DE DESEMBRE

19:00h – Gran Teatre del Liceu

LiceuBib. Sortida cultural al Gran Teatre del Liceu per veure l'òpera "Turandot" de Giacomo Puccini



Activitat adreçada a les participants dels clubs de lectura de novel·la de la biblioteca.

Aforament limitat, amb inscripció prèvia.

DIMECRES 20 DE DESEMBRE

17:30h – sala petita de la biblioteca

Nova trobada del club de lectura infantil

Dinamitzat per Laura Sánchez

Adreçat a nois i noies de 5è i 6è de primària

Cal inscripció prèvia a la biblioteca

DIMECRES 20 DE DESEMBRE

18:00h – sala d'actes de la biblioteca

Hora del conte infantil musicat "Contes de Nadal"

A càrrec de Sílvia Blavia de TEATREM

Adreçat a nens i nenes +4 anys



 @bibliotecalatzavara

 @bibliotecalatzavara

www.odena.cat

bibliotecavirtual.diba.cat




agenda


11S- DIADA NACIONAL DE CATALUNYA

La celebració de l'Onze de setembre a Odena també arribarà com cada any amb el tradicional CANVI DE SENYERA A LA TORRE DEL CASTELL amb la participació dels membres del pubillatge, del consistori i de tothom que s'hi vulgui afegir.

Tots els veïns i veïnes esteu cridats a assistir a l'acte.

 Dilluns 11 de setembre

 10:30h

 Torre del Castell


12ª FIRA DE LA VINYALA

La Fira del cargol de les vinyes.

La Fira ofereix una proposta gastronòmica de qualitat amb la modalitat de degustació a càrrec de restaurants acreditats i de qualitat i de la Confraria de la Vinyala. L'oferta es complementa amb postres, cervesa, vi i cava elaborats a Odena.

En el marc de la fira es celebra també la FESTA DE LA VEREMA que reuneix hereus i pubilles per la trepitjada de raïm i convertir-lo en most, amb la col·laboració i coordinació de Petits Viticultors de la Conca d'Odena.

 Diumenge 17 de setembre


 de 10:00h a 14:00h

 Parc de la Font

FIRA DE LA CERVESA ARTESANA DE L'ESPELT

La 11a edició de la Fira de la cervesa artesana a l'Espelt, amb la participació de cervesers, a més de música i parades de menjar durant tot el dia.

 Dissabte 23 de setembre


 d'11 a 24h


 L'Espelt


ACAPTE DE SANG

El Banc de Sang i Teixits organitza un nou acapte al nostre municipi.

 Diumenge 8 d'octubre

 de 10:00h a 14:00h

 Sala actes C. Cívic El Pla


 Cal reservar hora a donarsang@gencat.cat


VISITES GUIADES AL CASTELL D'ÒDENÀ

El Castell d'Òdena des de la muntanya de guix, originà al segle X el poble d'Òdena.

 Cada 4t diumenge de mes

 12:00h a 13:00h


 Torre del Castell d'Òdena

 Més informació i inscripcions a info@anoiapatrimoni.cat
- 635922384

MERCAT "EI Pla dels Diumenges"

Tots els diumenges al matí i durant tot l'any, al Mercat del pla hi trobaràs gran varietat de productes al millor preu.

 Diumenges

 09:00h a 14:00h

 C/ Lleida

ASSOCIACIÓ DE VEÏNS LA CORAZA

L'entitat convida als veïns i veïnes de tots els barris que formen part del Pla d'Odena a participar en l'entitat, de forma voluntària, per tal de fomentar la cohesió social, la dinamització, els actes festius i treballar per millorar el barri en tots els àmbits

serveis i informació

LA CONSULTA JOVE

Servei d'acompanyament emocional per a joves de la comarca de l'Anoia
Comparteix el malestar abans que es faci més gran.

Confidencial, GRATUÏT i pròxim
Contacta per whatsapp 621251732 o per correu laconsultajove@anoiajove.cat

servei d'atenció a les dones

SERVEI DEL SIAD

(Servei d'Informació i Atenció a les Dones)

Ets dona i necessites una advocada o una psicòloga?
Vine al Servei d'Informació i Atenció a les dones de la Conca d'Òdena (SIAD)

Et podem ajudar!

- Conflictes o ruptures de parella
- Processos de dol (separacions, defuncions, pèrdua de feina, etc.)
- Acomiadament o irregularitats laborals
- Divorcis, herències o temes bancaris
- Dificultats en la criança
- Estats emocionals de tristesa i angoixa
- I altres temes

És un servei GRATUÏT!

🔒 Totalment confidencial
Tel. 667903732 / siad@micod.cat

SERVEI DEL SIE

(Servei d'Intervenció Especialitzada)

El SIE és un servei que ofereix atenció integral i recursos en el procés de recuperació i reparació a les dones que han patit o pateixen situació de violència, i també a llurs fills i filles. També incideixen en la prevenció, la sensibilització i la implicació comunitària. Comptem amb un equip professional multidisciplinari integrat per persones titulades en psicologia, treball social, educació social, dret a la inserció laboral.

És un servei GRATUÏT!

🔒 Totalment confidencial
Tel. 938048265

SERVEI DE MEDIACIÓ CIUTADANA DE L'ANOIA

El Servei de Mediació Ciutadana és un servei públic d'atenció a tota la ciutadania, especialitzat en la prevenció i la resolució de conflictes entre ciutadans dins l'àmbit comunitari. La finalitat del servei és desplegar un ventall d'accions que promoguin la convivència ciutadana i el paper actiu dels ciutadans en la resolució dels seus propis conflictes.

Atenem casos en l'àmbit:

- Veïnal
- Escolar
- Espai públic
- Familiar

És un servei àgil, confidencial i GRATUÏT!

Truca al Servei de Mediació Ciutadana Tel. 938051585 o escriu a mediacio@anoia.cat

CONSULTORI MÈDIC

Nucli Òdena

📍 Carrer Jaume I, 28, 08711 Òdena, Barcelona
🗓 Dilluns, dimarts, dimecres i divendres de 08:00h a 15:00h
Dijous de 14:00h a 20:00h.
Telèfon: 938 03 01 29

El Pla d'Òdena

📍 Carrer Unió, 2, 08711 Òdena, Barcelona
🗓 Dimecres de 08:00h a 15:00h
Telèfon: 93 805 03 39

Demana hora al teu CAP a través de lamevasalut.gencat.cat al programador de visites, trucant al 93 326 89 01 per demanar cita prèvia o bé al 112 en cas d'emergència.

SERVEIS SOCIALS D'ÒDENA

"Els Serveis Socials com a dret de tota la ciutadania"

L'Educadora Social i la Treballadora Social realitzen atenció social directa als veïns d'Òdena.

Demana la teva cita prèvia al telèfon: 938017434 (Ajuntament d'Òdena)

HORARIS:

🗓 Dilluns, dimarts i divendres

🕒 Matins de 9:00h a 14:00h

🕒 Tardes dilluns: de 16:00h a 18:00h

📍 Carrer Pompeu Fabra, 14

🗓 Dijous

🕒 Matins de 09:00h a 14:00h

📍 Centre Cívic El Pla d'Òdena

OFICINA D'ATENCIÓ CIUTADANA AJUNTAMENT D'ÒDENA

OAC Ajuntament

🗓 Matins, de dilluns a divendres de 08:30h a 14:00h

🕒 Tardes, dimarts i dijous de 16:30h a 19:00h

(Juliol i agost només matins)

OAC Centre Cívic El Pla d'Òdena

🗓 Dijous, de 09:00h a 14:00h.

(Agost tancat)





WHATSAPP AJUNTAMENT

L'Ajuntament d'Òdena té activat el servei de missatgeria de whatsapp a través del qual es difonen missatges puntuals sobre temes relacionats amb l'agenda, serveis públics, subvencions, bonificacions o incidències.

Per estar al dia pots activar el servei entrant a www.odena.cat
La millor manera d'estar ben informat/da!

CONSORCI PER A LA NORMALITZACIÓ LINGÜÍSTICA

Cursos de català presencials a Igualada (setembre-desembre 2023)

Matricula <https://www.cpln.cat/inscripcions>

Torn preferent: 12 i 13 de setembre, de 9:00h a 20:00h

Torn general: 14 i 15 de setembre, de 09:00 a 20:00h

Si necessites ajuda per fer la inscripció, demana cita a partir del 4 de setembre, trucant al 938048899 / 634757345 o venint al Centre Cívic Nord, c. de Sant Martí de Tous, 6, 2n, igualada@cpln.cat

consell de seguretat

TEMPESTES

Una tempesta és una intensa borrasca local que va associada a un cúmul o nimbe gros i dens, on hi ha corrents ascendents d'aire molt forts. Resulta especialment perillosa quan va acompanyada de llamps.

El llamp busca arribar a terra pel camí més curt; qualsevol objecte que sobresurti és un bon candidat per a l'impacte, i més si acaba en punxa. Per això, durant una tempesta allunya't d'antenes, arbres, etc.

No t'apropis a elements metàl·lics o a l'aigua, ja que actuen com a cossos conductors.

Els llocs més segurs durant una tempesta són els que ens aïllen de l'exterior, com edificis o vehicles tancats, perquè condueixen l'electricitat per la part exterior fins a terra sense fer mal als ocupants. Aquest fenomen meteorològic acostuma a aparèixer al nostre municipi a finals del mes d'agost i es va repetint durant tota la tardor.

A casa

Quan sentis tronar, busca refugi sense dubtar: si segueixes aquesta premissa podràs evitar la majoria dels accidents:

- Tanca portes i finestres per evitar corrents d'aire que puguin atreure llamps.
- Apaga la llar de foc perquè genera corrents d'aire. Allunya't també de la xemeneia perquè pot ser un punt d'entrada de llamps.
- Desconnecta els aparells elèctrics televisors, ordinadors, etc. per evitar que siguin danyats per pujades de tensió.
- Allunya't de les instal·lacions elèctriques i no facis servir el telèfon fix.
- Si ets a la banyera o la dutxa és millor que surtis.
- Revisa periòdicament els parallamps i assegura't que tenen connexió a terra.
- Tingues preparades llanternes, espelmes o altres sistemes d'enllumenat autònoms per si hi ha un tall de llum

A l'exterior

- Allunya't de filats, reixats, pals de la llum, vies de tren i altres objectes metàl·lics.
- Evita romandre en zones elevades, on pots fer efecte punta, per evitar atreure els llamps. Allunya't també dels fons de vall per evitar possibles avingudes sobtades d'aigua associades a la tempesta.
- No et refugis sota els arbres, especialment si estan sols. El bosc no és del tot segur, però si no hi ha cap altre refugi, és millor que quedar-te a camp obert.
- Si no trobes refugi, ajup-te, toca a terra només amb la punta dels peus, encreua els braços sobre els genolls i posa el cap entre els braços. És important ajuntar els peus i tapar-se les orelles per protegir-se del tro.
- Allunya't de rius, llacs i superfícies humides.
- Vigila amb les branques, rètols o murs que puguin caure't al damunt.
- Si ets a l'interior d'un vehicle, tanca bé portes i finestres i no toquis la part metàl·lica del vehicle.

Si, a més, comença a ploure fort, pensa que poden produir-se inundacions.





Ajuntament d'Òdena



CONSELL
COMARCAL
DE L'ANOIA



Diputació
Barcelona



Mancomunitat
de la Conca d'Òdena



l'atzavara
BIBLIOTECA MUNICIPAL D'ÒDENA



Pacto de Estado
contra la violencia de género

Òdena
ESPAI
JOVE