

Ulibret

PRIMAVERA - ESTIU

2024

quàlia

COOPERATIVA
D'INICIATIVA SOCIAL

LLIBRET DE LLEURE

MAIG

DIES 3,4 I 5 ESTADA A LA MANREANA

DISSABTE 11 DE MAIG FESTA MAJOR DE TÀRREGA

DISSABTE 18 ESPECTACLE MONTSE ESTEVE A GUISSONA

DISSABTE 25 DISCOTECA BILOBA

JUNY

DISSABTE 1 VISITA MUSEU CASTELLER DE VALLS

DIUMENGE 9 ESPURNES BARROQUES - CASA DALMASES

DISSABTE 15 PLATJA I PAELLA A CAMBRILS

DIES 21,22 I 23 AURÓ NATURA SOLSONÈS

DISSABTE 29 DINAR A LA PISCINA D'ALTET

JULIOL

DEL 1 DE JULIOL AL 2 D'AGOST CASAL D'ESTIU ESCOLA ALBA

DISSABTE 6 SOPAR I KARAOKE AL KIRKÚ

DEL 8 AL 14 COLÒNIES D'ESCOLA ALBA

DIJOUS 11, 18 I 25 SARDINES I MARINADA

DISSABTE 13 CARNAVAL DE SECÀ

DISSABTE 20 PAUPATERRES

DISSABTE 27 TRIATLÓ DEL CLUB ALBA

DISSABTE 27 AQUALEON, PARC AQUÀTIC

AGOST

DE L'1 AL 9 TALLERS OBERTS

DISSABTE 3 SOPAR A LA FRESCA

DISSABTE 10 DIA DE PLATJA A CUNIT

DEL 14 AL 18 VACANCES A FRANÇA!

DEL 23 AL 25 VACANCES A CALAFELL

DISSABTE 31 D'AGOST AQUELLARRE DE CERVERA

SETEMBRE

DISSABTE 7 FIRA DEL TEATRE

DISSABTE 14 CINE I SOPAR A TÀRREGA

DISSABTE 21 TIBIDABO A BARCELONA

DISSABTE 28 BOLERA, CINE I SOPAR!

MAIG

Del maig a la meitat, l'hivern acabat.

DIES 3,4 I 5 ESTADA A LA MANREANA

DISSABTE 11 DE MAIG FESTA MAJOR DE TÀRREGA

DISSABTE 18 ESPECTACLE MONTSE ESTEVE A GUISSONA

DISSABTE 25 DISCOTECA BILOBA



ESTADA A LA MANREANA

TARDA / VESPRE

Del 3 al 6

JUNEDA

Aquest proper cap de setmana marxem a la Manreana a passar tres dies envoltats de natura i granja! Aprofitarem per passar un cap de setmana diferent en un entorn rural! Anirem a Juneda a fer el beuret i desconnectarem de la rutina i del dia a dia!



La inscripció de l'activitat s'ha de fer a través de l'App de Quàlia.



FESTA MAJOR DE TÀRREGA

VESPRE - NIT

Dissabte 11

TÀRREGA

Ja la tornem a tenir aquí! Arriba la nit de la nostra festa major i per aquest motiu sortirem al carrer a celebrar-ho! Com sempre anirem a sopar i gaudir de la nit del Tararot i d'una estoneta de concerts!



La inscripció de l'activitat s'ha de fer a través de l'App de Quàlia.



ESPECTACLE MONTSE ESTEVE

TARDA

Dissabte 18

GUISSONA

Sota el títol de les "Quatre estacions" l'espectacle vol fer una reflexió coreogràfica sobre el pas del temps. La música de l'obra mestra d'Antonio Vivaldi "Les quatre estacions" i l'adaptació que n'ha fet el compositor actual Max Richter, són el fil argumental per representar la repetició dels cicles de la naturalesa i l'incontrolable i inevitable pas del temps de les nostres vides. Acabat l'espectacle anirem a sopar!



Activitat amb
places limitades!

La inscripció de l'activitat s'ha de fer a través de l'App de Quàlia.



DISCOTECA BILOBA

NIT - MATINADA

Dissabte 25

LLEIDA

Marxem de marxa i farra i ho farem a Biloba! A la discoteca de carpes més extraordinària de la ciutat de Lleida! Aprofitarem l'avinentesa per anar a agafar forces i a sopar per després anar a ballar sense parar en aquesta mítica discoteca!! Us hi esperem!



La inscripció de l'activitat s'ha de fer a través de l'App de Quàlia.

JUNY

Del juny enllà, el dia comença a baixar

DISSABTE 1 VISITA MUSEU CASTELLER DE VALLS

DIUMENGE 9 ESPURNES BARROQUES - CASA DALMASES

DISSABTE 15 PLATJA I PAELLA A CAMBRILS

DIES 21,22 I 23 AURÓ NATURA SOLSONÈS

DISSABTE 29 DINAR A LA PISCINA D'ALTET



VISITA MUSEU CASTELLER

MATÍ I TARDA

Dissabte 1

VALLS

Vols saber més sobre les tradicions de Catalunya? T'interessen els castellers? Doncs vine a passar el dia a Valls, la ciutat d'origen dels castells i on es troba el Museu Casteller, un espai de referència de l'univers casteller. Passarem el dia a Valls i dinarem d'entrepà allà mateix!



La inscripció de l'activitat s'ha de fer a través de l'App de Quàlia.



ESPURNES BARROQUES

MÚSICA I
EXPERIÈNCIES
AL TERRITORI

ESPURNES BARROQUES A CASA DALMASES

VESPRE

Diumenge 9

CERVERA

Matí d'esmorzar i vermut a la capital de la Segarra, on aprofitarem per tenir un petit tast musical amb el Rinaldo Alessandrini, gràcies a la col·laboració amb el projecte d'Espurnes Barroques! Rinaldo és un director d'orquestra, clavecinista, pianista, organista i director de cors italians, que estarà amb nosaltres durant una estoneta per compartir un petit taller i conversa amb els participants que vulguin gaudir d'aquesta matinal de música!



La inscripció de l'activitat s'ha de fer a través de l'App de Quàlia.



PLATJA I PAELLA A CAMBRILS

TOT EL DIA

Dissabte 15

CAMBRILS

A Cambrils hi falta gent! Tens ganes d'un dia de platja? La calor ha arribat i l'estiu ja és aquí! Així que no t'ho pensis més i vine a la platja de Cambrils. Durant tot el dia estarem en remull i passarem un dia de relax! Al migdia anirem a dinar de restaurant i a la tarda quan el cos ens digui prou tornarem cap a casa! No t'ho pensis més i apunta't!



La inscripció de l'activitat s'ha de fer a través de l'App de Quàlia.



AURÓ NATURA SOLSONÈS

DIES

del 21 al 23

SOLSONA

Tens ganes de desconnectar d'una manera diferent? Auró Natura és un espai construït al mig de la natura, i ofereix un espai de desconexió a través de la natura, el bosc, els cavalls, els animals de corral, els jardins sensorials i l'horta terapèutica. L'objectiu principal és obrir tot el poder terapèutic que té la natura a qualsevol persona que el vulgui disfrutar, sense barreres en l'accés ni en la mobilitat.



La inscripció de l'activitat s'ha de fer a través de l'App de Quàlia.



DINAR I PISCINA ALTET

MIGDIA I TARDA

Dissabte 29

ALTET

Vine a refrescar-te a la piscina d'Altet i gaudeix d'un dia de sol i d'aigua. Després de nedar i relaxar-nos a l'ombra o prenent el sol, gaudirem d'un deliciós dinar al bar de la piscina.



La inscripció de l'activitat s'ha de fer a través de l'App de Quàlia.

JULIOL

Nit de juliol, pluja no vol.

DEL 1 DE JULIOL AL 2 D'AGOST CASAL D'ESTIU ESCOLA ALBA

DISSABTE 6 SOPAR I KARAOKE AL KIRKU

DEL 8 AL 14 COLÒNIES D'ESCOLA ALBA

DISSABTE 11, 18 I 25 SARDINES I MARINADA

DISSABTE 13 CARNAVAL DE SECÀ

DISSABTE 20 PAUPATERRES

DISSABTE 27 TRIATLÓ DEL CLUB ALBA

DISSABTE 27 AQUALEON, PARC AQUÀTIC



CASAL D'ESTIU ESCOLA ALBA

MATÍ + DINAR

de l'1 de juliol al

2 d'agost

ESCOLA ALBA. TÀRREGA

Els i les alumnes de l'escola Alba podran gaudir d'un casalet ple d'activitats i sortides durant el mes de juliol. Durant aquests dies habilitarem un espai de trobada entre tots els les alumnes dinamitzat pel monitoratge de Quàlia!

Esperem que us hi apunteu!



La inscripció de l'activitat s'ha de fer a través de l'App de Quàlia.



SOPAR I KARAOKE AL KIRKU

VESPRE - NIT

Dissabte 6

TÀRREGA

MARXEM DE KARAOKE AL KIRIKÚ! Vine amb nosaltres a cantar i ballar i també a passar-t'ho la mar de bé! Aquesta activitat està oberta a tothom! Començarem a la tarda i acabarem tot havent sopat!

**ACTIVITAT
OBERTA A
TOTHOM!**



La inscripció de l'activitat s'ha de fer a través de l'App de Quàlia.



COLÒNIES ESCOLA ALBA

DIES

del 8 al 14

POBLENOU DEL DELTA

Arriba l'estiu i els alumnes d'escola Alba marxaran de colònies per acabar i donar cloenda al curs escolar 2023-2024.

Aquest estiu anirem a Poblenou del Delta a gaudir del paisatge del Delta, del mar i del bon temps!



 a escola
ASSOCIACIÓ ESCOLA ALBA

La inscripció de l'activitat s'ha de fer a través de l'App de Quàlia.



SARDINES I MARINADA

DIES
11, 18 i 25
TÀRREGA

Durant tot el mes de juliol podrem gaudir d'unes bones sardines a la brasa, bona música i bon ambient. El Festival inclou Sardines i Marinada és una festa inclusiva als jardins de l'Associació Alba amb sopar a la fresca i música en directe. Una festa gestionada i impulsada pels Amics, els voluntaris del Grup Alba, i que ha aconseguit posar en valor la força del voluntariat per crear conjuntament una festa de tots i per a tots

Aquesta activitat és al llibret de lleure només d'una forma informativa.

La inscripció de l'activitat s'ha de fer a través de l'App de Quàlia.



El Carnaval de Secà és una de les cites més destacades del calendari festiu de Cervera organitzada pel grup Sound de Secà. Comparses de tot Lleida es reuneixen a Cervera per participar en un carnaval estiuenc animat per grups de percussió.



La inscripció de l'activitat s'ha de fer a través de l'App de Quàlia.



PAUPATERRES

NIT

Dissabte 20

TÀRREGA

Anem de festival! El festival Paupaterres és ple de bon rotllo i festa on hi ha música per a tots els gustos. Les Oques Grasses, els Figa Flawas i els Amics de les Arts seran el plat fort de la nit. Podràs ballar també amb altres artistes i bandes en una nit única! Que comenci la festa!



La inscripció de l'activitat s'ha de fer a través de l'App de Quàlia.

NADA PEDALA CORRE

 club alba

TRIATLÓ CLUB ALBA

TARDA

Dissabte 27

TÀRREGA

El Club Esportiu Alba ha organitzat una Triatló Popular per a tota la població de Tàrrega dins dels actes de celebració dels 30 anys del Club.

Apunta't a la triatló de forma individual, per parelles o en equips de tres!

**ACTIVITAT
OBERTA A
TOTHOM!**

La inscripció de l'activitat s'ha de fer a través de l'App de Quàlia.



AQUALEON, PARC AQUÀTIC

TOT EL DIA

Dissabte 27

TARRAGONA

Aquesta és l'activitat perfecta per als amants de l'aigua i l'aventura: AQUALEON PARC AQUÀTIC de Tarragona. Aquest parc aquàtic és una destinació emocionant per a totes les edats i ofereix una gran varietat d'atraccions aquàtiques i diversió sense fi: piscines, tobogans gegants, una platja, zones de pícnic i parades de menjar i begudes.



La inscripció de l'activitat s'ha de fer a través de l'App de Quàlia.

AGOST

El sol d'agost fa oli i fa most

DE L'1 AL 9 TALLERS OBERTS
DISSABTE 3 SOPAR A LA FRESCA
DISSABTE 10 DIA DE PLATJA A CUNIT
DEL 14 AL 18 VACANCES A FRANÇA!
DEL 23 AL 25 VACANCES A CALAFELL
DISSABTE 31 D'AGOST AQUELLARRE DE CERVERA



MATINS
del 1 al 9
TÀRREGA

TALLERS OBERTS

Durant la primera setmana d'agost mantindrem les portes obertes al centre de recursos de Tàrrega oferint una programació d'activitats de matins, enfocada a l'oci i el lleure recreatiu! mercats, piscina, sortides a l'entorn i terrassetes i beures tot fomentant la vida social i la comunitat!



La inscripció de l'activitat s'ha de fer a través de l'App de Quàlia.



SOPAR A LA FRESCA

VESPRE I NIT

Dissabte 10

TÀRREGA

Sortirem a gaudir d'un sopar d'estiu a la fresca i a la brisa de marinada! en un ambient estiuenc, aprofitarem l'ambient de les terrasses per passar una bona estona plegats.



La inscripció de l'activitat s'ha de fer a través de l'App de Quàlia.



DIA DE PLATJA A CUNIT

TOT EL DIA

Dissabte 10

CUNIT

Marxem a Cunit a gaudir d'un dia de platja com déu mana! passeig i gelat, tovallola i a remull! i que no falti un bon dinaret! Agafeu la cremeta que això va de debò!



La inscripció de l'activitat s'ha de fer a través de l'App de Quàlia.



VACANCES A BORDEUS

DIES

del 14 al 18

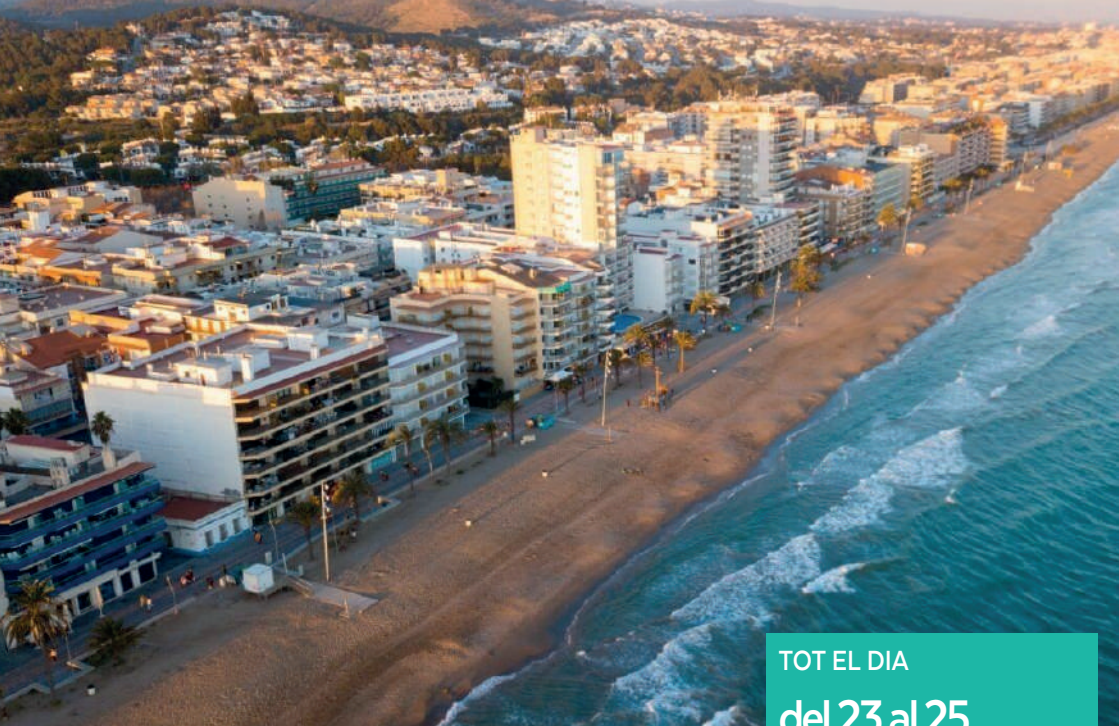
BORDEUS

Torn de vacances pensat per aquells més aventurers! tenim una programació pensada per passar 5 dies en una de les ciutats més emblemàtiques d'Occitània! La part històrica de la ciutat es troba a la llista del Patrimoni de la Humanitat de la UNESCO com "un destacat conjunt urbà i arquitectònic". La ciutat és sovint anomenada "la perla d'Aquitània".



*si esteu interessats/des en participar-hi estigueu atents/es perquè tindrem places limitades! serà un torn molt viatger i aventurer reservat a uns quants!
BREUMENT DONAREM MÉS DETALLS I INFORMACIÓ DE PREUS.

La inscripció de l'activitat s'ha de fer a través de l'App de Quàlia.



VACANCES A CALAFELL

TOT EL DIA

del 23 al 25

CALAFELL

Torn de vacances a prop de casa a la costa catalana! pensat per passar una bona estada a l'alberg adaptat Artur Martorell! un entorn i casa que coneixem pel bon caliu i prestacions que ens dóna! Veniu i desconnecteu uns dies per encarar la recta final d'estiu abans de tornar a la rutina!



*si esteu interessats/des en participar-hi estigueu atents/es perquè tindrem places limitades! serà un torn molt viatger i aventurer reservat a uns quants!
BREUMENT DONAREM MÉS DETALLS I INFORMACIÓ DE PREUS.

La inscripció de l'activitat s'ha de fer a través de l'App de Quàlia.



AQUELARRE

VESPRE - NIT

Dissabte 31

CERVERA

TRACA FINAL D'ESTIU! marxem a l'Aquelarre capital del foc i les bruixes per despedir-nos de l'estiu! una de les festes populars més seguides de Catalunya i que us farà vibrar en cada moment! Llum, foc, bruixes i un ambient de carrer brutal! .



La inscripció de l'activitat s'ha de fer a través de l'App de Quàlia.

SETEMBRE

Al setembre, el vi està per vendre.

DISSABTE 7 FIRA DEL TEATRE
DISSABTE 14 CINE I SOPAR A TÀRREGA
DISSABTE 21 TIBIDABO A BARCELONA
DISSABTE 28 BOLERA, CINE I SOPAR!



FIRA DEL TEATRE

TARDA i VESPRE

Dissabte 7

ESPLUGA DE FRANCOLÍ

Arriba la Fira més important del territori de Lleida, i la de casa nostra! Aquest dia quedarem plegats/des per anar a passar una tarda de teatre al Carrer i per donar un tomb junts/es pels carrers que s'omplen de vida! Acabarem el tomet amb un sopar cojunt!



La inscripció de l'activitat s'ha de fer a través de l'App de Quàlia.



TARDA I NIT

Dissabte 14

TÀRREGA

CINE I SOPAR

Una activitat que mai falla cinema, cinema i un sopar deliciós. Gaudeix d'una pel·lícula emocionant i d'un sopar en un restaurant acollidor. Una forma perfecta per passar el dissabte!



La inscripció de l'activitat s'ha de fer a través de l'App de Quàlia.



TOT EL DIA

Dissabte 21

BARCELONA

TIBIDABO

Gaudiu del Tibidabo, la muntanya màgica de Barcelona. Exploreu el parc d'atraccions amb la seva icònica nòria i les emocionants atraccions. Admireu les impressionants vistes panoràmiques de la ciutat i visiteu el Sagrat Cor. Passegeu pels camins naturals i relaxeu-vos envoltats de la bellesa de Collserola. Una experiència inoblidable!





BOLERA CINE I SOPAR

MATÍ

Dissabte 16

MOLLERUSSA

Ens n'anem a Lleida a passar un dissabte complet i carregat d'activitats! Primer anirem als cinemes d'Alpicat a veure una pel·lícula de cartellera, tot seguit, i per agafar energia, soparem en algun lloc de Lleida i per acabar, que millor que afinar la punteria amb uns bolos a l'Ozone!



L'APLICATIU DE QUÀLIA

Com fer la teva inscripció a les activitats?

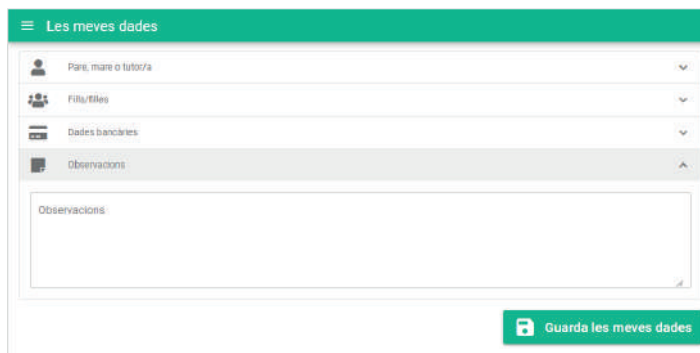
Aquest any el registre a totes les activitats es farà totalment online, a través de l'aplicatiu de Quàlia! Entreu a app.lleurequalia.cat i descobriu-la!

D'aquesta manera cada persona tindrà un apartat personal per poder modificar les seves dades i contactar amb nosaltres.

1. Omplir les dades

El primer pas és entrar a app.lleurequalia.cat i crear-vos un usuari nou.

Un cop tingueu el vostre usuari haureu d'omplir les vostres dades personals, les dades bancàries i les observacions que voleu fer-nos saber.



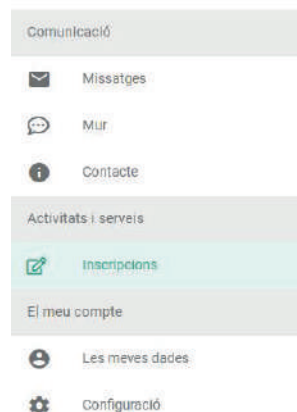
IMPORTANT!

Cal que marqueu aquestes dues opcions per poder realitzar la inscripció.

2. INSCRIPCIONS INTRODUÏDES

Un cop introduïes les vostres dades, ja podreu fer la inscripció de l'activitat a la pestanya inscripcions

Si teniu dubtes podeu contactar amb:
toni@lleurequalia.cat o al 686 41 88 69



INFORMACIÓ GENERAL

Una setmana abans de la sortida es donarà la informació sobre els preus, els horaris concrets i altres detalls d'interès, via paper i/o whatsapp.

En cas de no presentar-se en una sortida sense avisar prèviament NO es retornarà l'import total de l'activitat, en cas contrari, si s'avisava en un mínim de 48 hores, es retornarà el 50% de l'import.

En totes les activitats que sigui possible **oferirem transport**. El preu del transport és un cost mínim dins de cada activitat i que NO es descomptarà en cas de no utilitzar-lo. Aquesta mesura garanteix que l'activitat es pugui fer i que tothom es pugui desplaçar.

Per participar en els Campionats del Club Alba cal ser membre i soci del Club Alba i soci d'ACELL. El seu funcionament serà el mateix que sempre.

Per tal d'aprofitar el preu reduït i descomptes en les **activitats específiques d'escola Alba** cal ser soci de l'AMPA pagant la quota anual.

Si esteu interessats en rebre la informació de les properes activitats i inscripcions de lleure, ja sigui per WhatsApp o per e-mail, envieu-nos un missatge o un correu electrònic.

Si teniu propostes d'activitats en les que us agradaria anar, tornar a repetir, etc, feu-nos-les arribar per tenir-les en compte i poder-les valorar a l'hora de fer la programació del pròxim trimestre.

Demaneu-nos més informació trucant al **973788309** o bé enviant un correu a **toni@lleurequalia.cat**. **També ens podreu trobar a la nostra web www.lleurequalia.cat**

ICONES

Les icones són només orientatives. Tenen la funció de relacionar cada activitat amb un col·lectiu concret però no tanca les portes a ningú a poder-hi participar, tot i això l'equip de lleure valorarà si l'activitat és adient o no per aquella persona.



INFANTIL

Activitats adreçades a alumnes d'Escola Alba que tenen entre 4 i 18 anys.



ADULTS

Lleure obert a adults amb ganes de fer coses, dinàmics, tot terreny, que proposen moltes activitats, moltes vegades, el més normalitzades possibles.



JOVES

Activitats adreçades a alumnes d'Escola Alba que tenen entre 16 i 21 anys.



GENT GRAN

Activitat adreçada al col·lectiu de gent gran.



ACCESSIBLE

No hi ha barreres arquitectòniques per tal de desenvolupar l'activitat amb normalitat.



FAMÍLIES

Activitats on les famílies podran participar.



PROFESSIONALS

Activitats on els treballadors i famílies podran participar-hi.



COMUNITAT

Lleure que es fa dins de les associacions que pertanyen a la comunitat. Diferents activitats que es fan als pobles i ciutats i que estan obertes a tota la ciutadania.



CLUB ALBA

Activitats adreçades a esportistes federades a l'ACELL que competeixen en campionats territorials i de catalunya en diferents disciplines esportives.

Per a socis del Club Alba.

Ciclisme

Horari:

Dilluns: 9:30 a 11:30
Dimecres: 9:30 a 13:00
Divendres: 9:30 a 11:30
Dissabte: 9:30 a 11:30

Entrenadors:

Anna Balp, Jordi Garriga
i Laura Parachout

Preu:

1 dia: 6,00 €/mes
2 dies 8,00 €/mes
3 dies 10,00 €/mes
Dissabte: 10,00 €/mes

Yoga

Horari:

Dilluns: 19:00 a 20:00

Entrenadora:

Pili Bujeda

Preu:

10,00 €/mes

Tenis Taula

Horari:

Dimarts: 17:00 a 18:00

Entrenador:

Jordi Garriga

Preu:

6,00 €/mes

Natació

Horari:

Dimecres: 15:30 a 17:00

Entrenadora:

Anna Balp

Preu:

15,00 €/mes

Bàsquet

Horari:

Dilluns: 17:00 a 18:30

Entrenadors:

Amanda Lopez
i Jordi Garriga

Preu:

10,00 €/mes

Handbol

Horari:

Dimecres: 16:30 a 17:30

Entrenadora:

Laura Parachout

Preu:

8,00 €/mes

Petanca

Horari:

Dimecres: 17:00 a 18:00

Entrenador:

Jordi Garriga

Preu:

8,00 €/mes

Pàdel

Horari:

Dimarts: 9:30 a 11:00
o 11:30 a 13:00

Entrenadors:

Anna Balp, Jordi Garriga
i Laura Parachout

Preu:

Gratuït Soci Club

Zumba

Horari:

Dimecres: 17:30 a 18:30

Entrenador:

Mar Cortés

Preu:

10,00 €/mes

Futbol Sala

Horari:

Dijous: 17:00 a 18:30

Entrenador:

Joan Gutierrez

Preu:

10,00 €/mes

Rocòdrom

Horari:

Divendres: 11:30 a 13:00

Entrenador:

Jordi Garriga

Preu:

Gratuït Soci Club

Spinning

Horari:

Divendres: 9:30 a 11:00

Entrenadors:

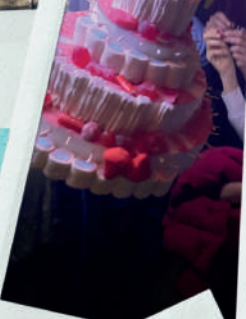
Anna Balp, Jordi Garriga
i Laura Parachout

Preu:

Gratuït Soci Club

Espai:

Centre Esportiu Sant Jordi





quàlia

COOPERATIVA
D'INICIATIVA SOCIAL