



Llibret de lleure

TARDOR - HIVERN

2023-2024

quàlia
cooperativa de lleure

LLIBRET DE LLEURE

OCTUBRE

DISSABTE 14 CINEMA I SOPAR

DIUMENGE 22 BÀSQUET BARÇA vs BILBAO

DISSABTE 28 SORTIDA A AGRAMUNT: BUNQUER I XOCOLATA

NOVEMBRE

DISSABTE 4 THE BOSS, AMB MANEL FUENTES

DIES 10,11 I 12 CAN VANDRELL

DIUMENGE 12 TOT RECORDANT A NINO BRAVO!

DISSABTE 18 KARAOKE AL KIRIKÚ

DILLUNS 27 XERRADA D'ÀLEX ROCA

DESEMBRE

DISSABTE 2 DISCOTECA I SOPAR

DIJOUS 7 MERCAT DE SANTA LLÚCIA

DIUMENGE 10 TEATRE PASTORAL I TUTELADA

DISSABTE 16 NADAL A PORT AVENTURA

DIES 20,21,22,27,28,29,2,3 I 4 CASAL D'HIVERN D'ESCOLA ALBA

DIES DEL 27 AL 29 SORTIDA A LA NEU

GENER

DIES DEL 2 AL 4 ESPAI DE MATINS OBERTS

DISSABTE 13 CINEMA I SOPAR

DISSABTE 20 TEATRE DOS QUE IMPROVISEN

DIUMENGE 28 FUTBOL BARÇA vs VILLAREAL

FEBRER

DISSABTE 3 BOLERA, CINE I SOPAR

DISSABTE 10 CALÇOTADA I BARBACOA A GUISSONA

DILLUNS 12 CASALET ESCOLA ALBA

DISSABTE 17 PUGEM EL MATAGALLS

CAP DE SETMANA DEL 24-25 FUTBOL GIRONA vs RAYO

MARÇ

DISSABTE 9 MUSEU DE LA VIDA RURAL

DIES DE L'11 AL 20 CICLISME: RUTA DE LLARGA DISTÀNCIA

DISSABTE 16 FIRA DE SANT JOSEP

OCTUBRE

**L'octubre mullat, assolellat i fred fa
sortir el bolet**

DISSABTE 14 CINEMA I SOPAR

DIUMENGE 22 BÀSQUET BARÇA vs BILBAO

DISSABTE 28 SORTIDA A AGRAMUNT: BUNQUER I XOCOLATA



CINEMA I SOPAR

TARDA / VESPRE

Dissabte 14

TÀRREGA

Aquest dissabte d'Octubre ens n'anirem al cinema Majestic de Tàrrega i en acabar la pel·lícula de cartellera marxarem totes a sopar a l'Ateneu. Aquesta activitat està pensada pel col·lectiu de persones grans, on el tempo i la planificació de l'activitat serà pausada i adaptada a les necessitats del grup! No dubtis més i vine a passar una tarda de lleure a Tàrrega!



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



BÀSQUET BARÇA vs BILBAO

MATÍ/TARDA

Diumenge 22

BARCELONA

Marxem al Palau Blaugrana a veure un dels partits més vibrants de la lliga Endesa, aquest cop el Barça s'enfronta al Bilbao Basket, en un enfrontament que serà d'allò més interessant i apassionant! Vine al Palau i gaudeix d'un dels millors partits de bàsquet del moment! L'inici del partit és a les 12:30, un cop acabi el partit i després d'haver dinat tornarem cap a Tàrraga.



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



SORTIDA A AGRAMUNT: BÚNQUERS I XOCOLATERIA

MATÍ

Dissabte 28

AGRAMUNT

Aquest matí de dissabte marxem a Agramunt, capital del torró i de la xocolata per gaudir d'una de les visites més interessants que ens ofereix el municipi! Juntament amb l'Oficina de Turisme de la població durant el matí visitarem els búnquers de la església de santa Maria, on podrem entendre la història de la població i el pas que va deixar la Guerra. (abans o després de la visita pendent de confirmar) anirem a esmorzar a la xocolateria Jolonch per agafar forces i gaudir del bon sucre!



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

NOVEMBRE

**Pel novembre, bones torrades, castanC
yades i brunyolades**

DISSABTE 4 THE BOSS, AMB MANEL FUENTES

DIES 10,11 I 12 CAN VANDRELL

DIUMENGE 12 TOT RECORDANT A NINO BRAVO!

DISSABTE 18 KARAOKE AL KIRIKÚ

DILLUNS 27 XERRADA D'ÀLEX ROCA



THE BOSS, AMB MANEL FUENTES

VESPRE

Dissabte 4

JUNEDA

Si algú pot cantar i explicar la llegenda de Bruce Springsteen, aquest és en Manel Fuentes, un espectacle proper, energètic i simpàtic de la mà d'una de les principals estrelles de l'entreteniment del nostre país.

El carismàtic i polifacètic presentador, juntament amb la seva banda The Spring's Team fa 20 anys rendint sentits homenatges a una de les figures de referència encara en actiu del rock internacional, Bruce Springsteen.



Activitat amb
places limitades!

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



SORTIDA A CAN VANDRELL

DIES

10, 11, i 12

ST FELIU DE BUIXALLEU

Tornem als peus del Montseny a gaudir de la tardor i de la natura, envoltats de l'entorn màgic de les seves muntanyes. Can Vandrell és una casa adaptada que un cop l'any des de lleure i fem parada obligatòria! Aquesta activitat està subvencionada per la Fundació Sert i DINCAT.



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



TOT RECORDANT

NINO BRAVO

Banda Simfònica Unió Musical de Lleida



TOT RECORDANT A NINO BRAVO!

VESPRE
Diumenge 12
LLEIDA

Marxem a l'auditori Enric Granados, per assistir a un dels concerts més esperats de la temporada! El memorial tot recordant a Nino Bravo! tornem al seu llegat musical tot coincidint amb el 50è aniversari, enguany, de la seva mort. El memorial serà un altre cop, amb el cantant Serafín Zubiri. No t'ho pensis més i vine a cantar amb nosaltres!



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



KARAOKE AL KIRIKÚ

TARDA - VESPRE

Dissabte 18

TÀRREGA

La tardor i el fred volen activitats de recollida i d'espais interiors i per aquest motiu organitzarem conjuntament amb el bar-Kirikú, un espai d'escenari i karaoke, per passar la tarda d'una forma ben diferent! Vine amb nosaltres a cantar i ballar i també a passar-t'ho la mar de bé! Aquesta activitat està oberta a tothom!

ACTIVITAT
OBERTA A
TOTHOM!

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



XERRADA D'ÀLEX ROCA

PENDENT DE CONFIRMAR

Dilluns 27

PENDENT DE CONFIRMAR

Amb una discapacitat del 76% a causa d'una paràlisi cerebral, Àlex Roca, que es ambaixador de la Fundació del FC Barcelona, ens explicarà el seu relat de vida i com ha anat superant a través de l'esport tots els reptes que s'ha anat posant per davant. Àlex Roca ja ha corregut, entre altres proves, cinc triatlons, tres mitges maratons, ha completat la Titan Desert, la Marató de Barcelona etc... una xerrada motivacional i de superació que no et pots perdre!



ACTIVITAT
OBERTA A
TOTHOM!

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

DESEMBRE

Desembre nevat, bon any assegurat

DISSABTE 2 DISCOTECA I SOPAR

DIJOURS 7 MERCAT DE SANTA LLÚCIA

DIUMENGE 10 TEATRE PASTORAL I TUTELADA

DISSABTE 16 NADAL A PORT AVENTURA

DIES 20,21,22,27,28,29,2,3 I 4 CASAL D'HIVERN D'ESCOLA ALBA

DIES DEL 27 AL 29 SORTIDA A LA NEU



SOPAR I DISCOTECA

NIT

Dissabte 2

LLEIDA

Tornem a Lleida a reviure una nit de festa i marxa per totes les persones amb ganes de disbauxa i ballaruca! En primer lloc anirem a sopar i agafar forces per una nit que es presenta moguda! En acabar el sopar ens dirigirem a una de les discoteques més emblemàtiques de Lleida, la BOAT!



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



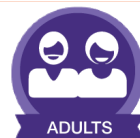
MERCAT DE SANTA LLÚCIA

TOT EL DIA

Dijous 7

BARCELONA

La Fira de Santa Llúcia és un mercat nadalenc que se celebra cada any als voltants de la catedral de Barcelona. Encara que no és l'única fira ni mercat nadalenc de la ciutat si que és la més antiga de totes, resultant ja una tradició per a barcelonins i turistes que passen el nadal a Barcelona. Durant aquest dia passejarem per la fira, visitarem la catedral i dinarem per les rodalies del centre de Barcelona.



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



TEATRE PASTORAL I TUTELADA

TARDA
Diumenge 10
TÀRREGA

Projecte singular i experimental que incideix en col·lectius vulnerables, on a través de les arts escèniques, diferents col·lectius vulnerables, que normalment no tenen la possibilitat de participar en activitats creatives, es converteixen en creadors i protagonistes d'una experiència teatral. Centres participants: Sant Joan de Déu - Terres de Lleida d'Almacelles, Associació ALBA de Tàrrega i Associació Talma de Juneda.



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



NADAL A PORT AVENTURA

TOT EL DIA

Dissabte 16

PORT AVENTURA

Oblida't del Nadal de sempre. L'època més màgica de l'any arriba a PortAventura World i ho fa amb el màxim d'adrenalina. Aquest dia reviurem l'esperit nadalenc el qual s'apodera del resort perquè visquis un Nadal carregat d'emocions. Descobreix els espectacles més divertits, deixa't meravellar per la decoració més acolorida i puja a les atraccions més trepidants. No t'ho perdis!



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



DIES

20,21,22,27,28,
29,2,3,4

CASAL D'HIVERN ESCOLA ALBA

Arriben les vacances de Nadal i prendrem uns dies de vacances escolars per donar pas al lleure i a l'entreteniment! Durant aquests dies seguirem el centre d'interès dels casalets de Quàlia i ens endinsarem de valent dins la màgia del Nadal!



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



SORTIDA A LA NEU

DIES

Del 27 al 29

PENDENT DE CONFIRMAR

Arriba la setmana blanca de l'any i juntament amb club Alba estem organitzant uns dies de raquetes de neu i esquí (depèn de l'interès del grup). També aprofitarem per relaxar-nos amb l'escalfor de la llar d'aquests dies d'hivern per aquelles persones que vulguin tant sols descansar i desconnectar.



ADULTS



INFANTIL



JOVES



CLUB ALBA

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

GENER

**Al gener, tanca la porta i encén el
braser**

DIES DEL 2 AL 4 ESPAI DE MATINS OBERTS
DISSABTE 13 CINEMA I SOPAR
DISSABTE 20 TEATRE DOS QUE IMPROVISEN
DIUMENGE 28 FUTBOL BARÇA vs VILLAREAL



ESPAI DE MATINS OBERTS

MATÍ

Del 2 al 4

Amb les vacances de Nadal aprofitarem per fer sortides, tallers i activitats dirigides, a mesura que ens atansem a les dates passarem una programació ja que estem a l'espera dels pessebres vivents, pastorets etc.... Us hi esperem!



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



CINEMA I SOPAR

TARDA

Dissabte 13

LLEIDA

Ens n'anem a Lleida a passar un dissabte complet! Primerament, anirem als cinemes d'Alpicat a veure una pel·lícula de cartellera, tot seguit, i per agafar energia, anirem a sopar. Aquesta activitat està pensada per persones grans, el ritme de l'activitat serà molt tranquil i sense presses, adaptat a les necessitats de les persones.



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



TEATRE: DOS QUE IMPROVISEN!

VESPRE / NIT

Dissabte 20

GUISSONA

Ens estrenarem al nou equipament guissonenc de l'Ateneu, amb una obra de teatre de Jordi Soriano i Judit Martí els dos actors de la famosa serie de TV3 "Polònia". Dos referents del món de la improvisació a Barcelona, ens porten l'espectacle de comèdia "2 que improvisen". Una oportunitat única de veure dos animals de la improvisació en el seu hàbitat neutral.



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



FUTBOL: BARÇA vs VILLAREAL

A CONCRETAR

Diumenge 28

BARCELONA

Anem per primer cop a presenciar un partit del Barça a l'estadi olímpic Lluís Companys! Aquest cop animarem al Barça des d'un altre estadi i passarem el dia a prop de les noves instal·lacions de Montjuïc. Vine animar a l'equip blaugrana! posa't la samarreta del Barça i la bufanda i vine a cridar els gols!



JOVES



CLUB ALBA



ADULTS

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

FEBRER

Febrer febreret, set capes i un barret

DISSABTE 3 BOLERA, CINE I SOPAR

DISSABTE 10 CALÇOTADA I BARBACOA A GUISSONA

DILLUNS 12 CASALET ESCOLA ALBA

DISSABTE 17 PUGEM EL MATAGALLS

CAP DE SETMANA DEL 24-25 FUTBOL GIRONA vs RAYO



BOLERA, CINE I SOPAR

TARDA / VESPRE

Dissabte 3

LLEIDA

Ens n'anem a Lleida a passar un dissabte complet i carregat d'activitats! Primerament, anem a afinar la punteria amb uns bolors a la bolera Ozone! un cop tinguem afinada la punteria ens escaparem als cinemes JCA Alpicat a veure una pel·lícula de cartellera i per acabar la jornada ens n'anem a sopar!



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



CALÇOTADA I BARBACOA!

MATÍ / TARDA

Dissabte 10

GUISSONA

Marxem a Guissona al centre de recursos Josep Santacreu per celebrar un dinar de germanor en una de les millors activitats que es poden fer amb grup! Junts al costat d'una taula tot menjant calçots i carn! L'any passat ja vam celebrar aquesta activitat i la volem repetir, ja que ens ho vam passar d'allò més bé!



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



CASALET ESCOLA ALBA

MATÍ
Dilluns 12
TÀRREGA

Als vols de carnestoltes les escoles tenen dies de lliure disposició i nosaltres ho aprofitarem per organitzar una activitat de lleure pels alumnes de l'escola Alba! Pendent de confirmar la programació.



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



PUGEM AL MATAGALLS

MATÍ / TARDA

Dissabte 17

MONTSENY

Juntament amb el Club Alba, marxem a una de les muntanyes més emblemàtiques del Montseny! L'objectiu d'aquesta activitat és fer el pic del Matagalls, a través de Collformic! Una activitat de muntanya pensada pels amants de la natura i l'esport! Aquesta activitat està oberta a famílies! Per fer l'activitat és necessari un mínim nivell de preparació! La ruta són 8km amb un desnivell de 600m.



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



FUTBOL: GIRONA vs RAYO

MATÍ / TARDA

Dies 24 o 25

GIRONA

Marxem de nou a Montilivi a animar a un dels equips de moda catalans i sensació d'aquesta Lliga! Anirem al camp del Girona a veure un partit de la Lliga EA Sports contra l'equip madrileny de Vallecas! Vine amb la bufanda i la samarreta i animem al Girona des de la grada!

*Aquesta sortida en funció dels inscrits passarà a ser de dos dies i farem nit a Girona! Ens condicionarà molt l'horari del partit! esperem que sigui d'hora, ja que estem pendants d'horaris de la lliga.



JOVES



CLUB ALBA



FAMÍLIES



ADULTS

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

MARÇ

Març, marçador, que de nit fa fred i de dia calor.

DISSABTE 9 MUSEU DE LA VIDA RURAL
DIES DE L'11 AL 20 CICLISME: RUTA DE LLARGA DISTÀNCIA
DISSABTE 16 FIRA DE SANT JOSEP



MUSEU DE LA VIDA RURAL

TOT EL DIA

Dissabte 9

ESPLUGA DE FRANCOLÍ

El Museu de la Vida Rural de l'Espluga de Francolí és una institució cultural privada creada l'any 1988 per la Fundació Carulla que pretén mostrar totes les característiques de la vida tradicional a les viles i pobles de Catalunya, fent especial esment a la pagesia com a element primordialment destacat del món rural. Conté un variat fons de peces en exposició permanent relacionades amb la vida tradicional, la cultura, la pagesia, les arts i oficis artesanals. Les col·leccions del MVR estan dividides en diverses seccions instal·lades museogràficament per recórrer a través del temps i fins a l'actualitat el coneixement del món rural català.



GENT GRAN



ACCESSIBLE



ADULTS



JOVES

apropa
cultura
una porta
a la inclusió

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



RUTA DE LLARGA DISTÀNCIA

De l'11 al 20
ALMERIA-GRANADA
-MARBELLA

Arriba la ruta més esperada de tot l'any del club Alba! Com va sent habitual any rera any el nostre club esportiu prepara una de les sortides amb més adrenalina i aventura de la temporada- Enguany tindran el repte de tancar una de les etapes pendents del sur d'Espanya, concretament un tram d'Andalusia que encara no s'ha fet, i que s'emmarca dins del projecte de donar la volta a la Península Ibèrica.





FIRA DE SANT JOSEP

MATÍ

Dissabte 16

MOLLERUSSA

Ens agraden les fires i volem gaudir les que tenim més aprop de casa! per aquest motiu el dia 16 de Març, marxarem cap a Mollerussa a visitar la fira de màquinaría agrícola més important de les terres de Lleida. La visita a la fira anirà seguida d'un bon refrigeri després en forma de vermut!



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. OMLLIR 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.

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

Ioga

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 de lleure