

# ***HORT***

Com podem protegir el nostre hort o jardí de les plagues?

Us deixem tres articles on us expliquen diferents maneres de prevenir que els insectes ens facin malbé les plantes.

INFORMACIÓ GENERAL  
PLANTES REPEL·LENTS  
REPEL·LENTS CASOLANS

# MACRAMÉ

A les 11:00 us esperem al canal de Youtube del Club amb una nova explicació.

Estarem connectades durant una hora per poder respondre els vostres dubtes.

VÍDEO 1

VÍDEO 2

# ***ESPAI MUSICAL***

La proposta d'aquesta setmana del Dani és *Madre tierra de Chayanne*.

A les 16:00 podrem compartir una estona de música al nostre canal de Youtube.

Als següents enllaços trobareu tot el que necessiteu per practicar i seguir el taller.

**LLETRA**

**CANÇÓ**

# ***FUTBOL SALA***

**Pel grup de Whatsapp farem una proposta per treballar durant la setmana.**

**Si esteu interessades a participar poseu-vos en contacte amb nosaltres.**

# ***MANUALITATS***

Avui us proposem fer un Pal de pluja, sabeu què és?

És un instrument que ens ajuda a relaxar-nos gràcies al seu soroll.

Aquí teniu l'explicació de com fer-ne un casolà.

**VÍDEO**

# **CUINA**

Seguim amb les receptes que no podem fer el Club per temps i espai, avui us proposem espatlla de xai al forn.

Esperem que us agradi!

**RECEPTA**

# Jocs

Com que sabem que us agraden els jocs de taula els hi dedicarem temps els matins dels dimecres, dijous i divendres a les 10:30.

L'aplicació que més està triomfant aquests dies és Houseparty, però també podem jugar a escacs pel Chess o a altres jocs que proposeu.

# **CAVALLS**

**A les 17:00 ens trobem a la classe virtual a través del Jitsi amb el Joan del Maset dels Cavalls.**

**Totes les interessades s'han de posar en contacte amb nosaltres per rebre les instruccions.**



# ***TEATRE***

Aquesta setmana el Jaume ens proposa que visionem una actuació del Tricicle i Les Luthiers.

**VÍDEO**

The logo for 'Gossos' is displayed in a bold, green, sans-serif font. The letters are slightly shadowed, giving them a 3D appearance as if they are floating above the yellow background. The background of the entire slide is a repeating pattern of white daisies with yellow centers on a green field.

**GOSSOS**

**Sabeu què és el Agility i quins gossos el poden practicar?**

**Us deixem un article i un vídeo que us ho explica tot.**

**ARTÍCLE**  
**VÍDEO**

# ***EMOCIONS***

**Sens veiem es dijous a les 15:30 i a les 16:30 a través del Jitsi per realitzar el taller online.**

**Si voleu participar us heu de posar en contacte amb nosaltres per donar-vos la informació.**

**Us animem a participar!**

# **PÀDEL**

**Pel grup de Whatsapp farem una proposta per treballar durant la setmana.**

**Si esteu interessades en participar, poseu-vos en contacte amb nosaltres!**

# **INICIACIÓ AL YOGA**

És el moment de moure i estirar una miqueta el cos. Una setmana més us portem una proposta de yoga per a principiants.

**YOGA**

# ***SORTIDES***

Turisme de Vilafranca està posant en marxa diverses activitats, una d'elles són passejades guiades per la Muntanyeta de Sant Pau els dissabtes al vespre. El cost és de 3,25 euros. Us deixem l'enllaç perquè cal inscripció, però si algú necessita ajuda només l'ha de demanar.

**Capvespres a Sant Pau**