

"FEM SOROLL" ASSOCIACIÓ DE GRALLERS I CAPGROSSOS DE BON PASTOR

Associació que té com a objectiu donar a conèixer i fer participi a la població dels nostres trets i tradicions, mitjançant activitats lúdiques, festives i de tallers obertes a tothom, en col·laboració amb altres entitats.

Horari d'atenció: dimecres i divendres de 19.30 a 21.15 h.

Facebook: Fem Soroll

Twitter: @femsorollbp

femsorollbonpastor@gmail.com

SERVEIS

CESSIÓ D'ESPAIS

El Centre Cívic Bon Pastor disposa de diferents espais per a entitats, associacions i empreses.

De dilluns a divendres de 10 a 14.30 h i de 16 a 21.30 h.

Dissabtes de 10 a 14 h i de 16 a 20 h.

D9RADIO

Taller de ràdio gestionat per gent jove, amb una graella de programes destinats a fomentar la radiodifusió i els tallers de formació dirigits especialment al jove.

D9radio@hotmail.com

ESPAI FAMILIAR

Servei adreçat a les famílies amb infants menors de 3 anys. Matins de dilluns a dijous de 10 a 12.30 h. Tardes: dilluns, dimecres de 16 a 18.30 h.

SALA JOVE

Espai destinat a les activitats per a joves a partir de 12 anys. De dilluns a divendres, de 17:30h a 19.30 h al Centre Cívic Bon Pastor
salajovebonpastor@gmail.com

SERVEI DE DINAMITZACIÓ JUVENIL

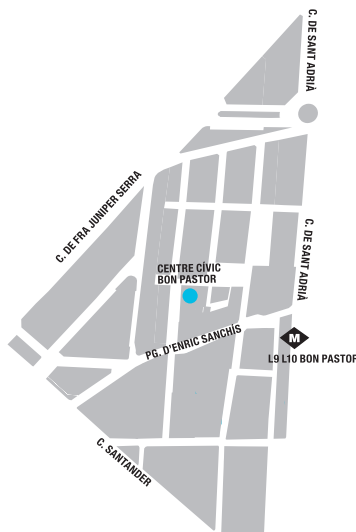
El Servei treballa des de la construcció de diferents espais on els/les joves es reuneixen i a partir d'aquests punts de trobada es mobilitzen i es porten a terme iniciatives liderades per ells/elles, acompanyades pels dinamitzadors.

dinamitzaciojuvenil@gmail.com

SERVEI DE BAR

Espai de relació i lleure obert a les persones, grups i entitats. Servei de WIFI gratuït.

MAPA



ADREÇA

Plaça de Robert Gerhard, 3
08030 Barcelona
Tel.: 93 314 79 47 Fax: 93 278 30 85
Bus: 11, 42, 73, B22 i B23 Metro: L9 i
L10 Bon Pastor
bcn.cat/ccbonpastor
ccbonpastor@bcn.cat

HORARIS

Dilluns a divendres
10h a 14.30h i de 16h a 21.30h
Dissabtes
10h a 14h i de 16h a 20h

Li recordem que, de conformitat amb la Llei Orgànica 15/1999, les dades personals que ens ha facilitat queden incorporades a un fitxer titularitat de LUDIC 3 SCCL, que és la responsable. Aquest fitxer té com a finalitat mantenir-lo informat dels serveis culturals que ofereixen els nostres centres cívics. L'informem que, si és el cas, les dades personals se cediran a l'Ajuntament de Barcelona, perquè pugui continuar la prestació d'aquest servei. En el cas que hagi facilitat dades de tercers, vostè s'obliga a informar-los de la present clàusula i a obtenir el consentiment pel tractament d'aquestes.

Té dret a exercitar els drets d'accés, rectificació, cancel·lació i oposició al tractament de dades de caràcter personal dirigint-se a LUDIC 3 amb domicili al carrer Diputació 185, pral. 1a 08011 de Barcelona o enviant un e-mail a la direcció ludic3@ludic3.com en qualsevol moment. En el seu cas pot sol·licitar no rebre comunicacions electròniques adreçant-se al e-mail a la direcció assenyada en qualsevol moment.

Gestió tècnica: Lúdic3

**Districte de
Sant Andreu**
bcn.cat/ccbonpastor

Centre Cívic Bon Pastor

TALLERS, MÚSICA, DANSA, CINEMA, EXPOSICIONS, ENTITATS

Juliol de 2016

**Ajuntament de
Barcelona**



INSCRIPCIONS

PRE-INSCRIPCIONS:

del 6 a l'11 de juny de 2016

INSCRIPCIONS PER INTERNET:

A partir del 13 de juny a les 10 h a <https://bonpastor.inscripcionscc.com>

INSCRIPCIONS AL CENTRE:

A partir del 13 de juny. De dilluns a divendres de 10 a 14.30 h i de 16 a 21.30 h. Dissabtes de 10 a 14 h i de 16 a 20 h.

VENDA PRESENCIAL DE PLACES DE TALLERS DE CENTRES CÍVICS DES DE L'OFICINA TIQUET RAMBLES:

Oficina Tiquet Rambles. Palau de la Virreina. La Rambla, 99.

De dilluns a diumenge de 10 a 20.30h

Les places són limitades. El pagament dels taller és pot realitzar en efectiu o amb targeta. Un cop realitzada la inscripció no es retornarà l'import de la matrícula, excepte per l'anul·lació del taller per part de l'organització. El suplement en concepte de material de les activitats indicades s'haurà d'abonar en efectiu en el moment de la inscripció o el primer dia de classe si s'ha fet la inscripció per Internet. Qualsevol material que es deixi a les aules dels tallers el centre no se'n fa responsable.

TALLERS CULTURALS

EXPRESSIÓ

ZUMBA

GRUP A: Dimarts, de 19 a 20 h
Del 5 al 19 de juliol

GRUP B: Dijous, de 19.30 a 20.30 h

Del 7 al 21 de juliol
(3 sessions) Preu: 9,66 €

Fes exercici, ballant i gaudint tot practicant Zumba, una combinació de ritmes llatinoamericans, salsa, merengue amb aeròbic!
Professora: Judit Mérida.

DANSA AFROCUBANA

Dimecres, de 19 a 20.30 h
Del 6 al 20 de juliol
(3 sessions) Preu: 14,48 €



Posa-li ritme al juliol aprenent actius balls llatins amb passos d'arrels africanes!

Professora: Ma Elena Espinosa.

SALUT I BENESTAR

PILATES

GRUP A: Dilluns, de 19 a 20 h
Del 4 al 18 de juliol
GRUP B: Dijous, de 19 a 20 h
Del 7 al 21 de juliol
(3 sessions) Preu: 9,66 €

Millora la teva forma física amb un mètode que combina moviments musculars coordinats amb la respiració: mantindràs un adequat equilibri corporal i previndràs lesions d'esquena!

Professora: Anna Carmona.

GIMNÀSTICA HIPOPRESSIVA

Dijous, de 18 a 19 h
Del 7 al 21 de juliol
(3 sessions) Preu: 9,66 €

Redueix cintura i abdomen, millora la postura tot tenint cura de l'esquena i millora el sòl pèlvic post-part amb els exercicis que aprendràs en aquest nou taller.
Professora: Anna Carmona.

ACTIVITATS GRATUÏTES

MONOGRÀFIC. APRÈN A FER SERVIR EL TEU SMARTPHONE

Dimarts, 5 i 12 de juliol, de 19 a 21 h

Teniu un nou telèfon mòbil o tauleta i voleu treure-li tot el profit? Porta'l i t'ensenyarem com donar-li un bon ús! Inscripció prèvia.
Professor: David Marco.

TALLER DE MEMÒRIA

Dimarts, 5 i 12 de juliol, de 18 a 19 h

Entrena la teva memòria mitjançant estratègies i activitats útils per a activar la ment.
Inscripció prèvia.
Professora: Clara Colàs.

TAPES D'ESTIU

Dijous, 7 i 14 de juliol, de 18 a 20 h

Vols preparar noves receptes aquest estiu per a sorprendre a amics i família? Apunta-t'hi i aprendràs a fer tapes fresques i originals! Inclou tastet!
Professor: Josep Vidal.



ACTIVITATS FAMILIARS GRATUÏTES

DOLÇOS D'ESTIU EN FAMÍLIA: JARCAKES

Dilluns, 4 juliol de 18 a 19.30 h
Dimecres, 6 juliol de 18 a 19.30 h
En aquest curset en família apren-

drem a fer uns dolços d'estiu molt peculiars, els "jarcakes" o pastissos en vasets: els dolços estrella de l'estiu! Taller per a infants acompanyats d'un adult. Inscripció prèvia.

Professora: Cristina Camps



ESPECTACLES INFANTILS

RECULL I JUGA I VIU L'ESTIU A BON PASTOR!

Divendres, 1 de juliol d'11.30 a 13.30 h.

Activitat infantil on diversos equipaments i entitats del barri organitzen espais de joc i divertides activitats per a tots els nens i nenes del barri. Inclou un refrescant taller de bombolles de sabó!



ACTIVITATS CULTURALS

TRUITADA D'ESTIU: CONCURS DE TRUITES AL BARRI!

Dijous, 7 de juliol a les 17.30 h.
Vols participar a la 1a Truitada d'estiu del Cívic? Inscriu-te al concurs i participa en aquesta

jornada lúdica de barri: farem un tast de truites i gaudirem d'un estiuec espectacle de carrer, a càrrec de Merche 8a. Tindrem premis pels tres primers llocs!



JORNADA LÚDICA: JOCS DE TAULA PER A TOTHOM!

Dissabte, 9 de juliol, de 11 a 14 h

El joc de taula ha experimentat un "boom" que l'ha fet arribar a moltes cases. El club de Jocs de La Maquinista Makijocs, grup que està arrencant un projecte per a fer-ne divulgació, prepara aquesta jornada lúdica, amb presentació de jocs per a adults i familiars.



EL CENTRE CÍVIC AMB LES ENTITATS

ENTITATS QUE FAN ÚS DEL CENTRE

ACATHI

Associació catalana per a la integració d'homosexuals, bisexuals i transsexuals immigrants. Horari

d'atenció: de dilluns a divendres, de 10h a 14h.

www.acathi.org · acathi@acathi.org

AVIS DEL BARRI

Associació d'assessorament per a veïns i veïnes afectats per la remodelació del barri. Horari atenció: Dimarts i dijous de 19 a 20.30 h.

BON PAS DE BALL

Entitat que promou l'aprenentatge dels diferents estils de ball i la seva vessant relacional i solidària. Herminia López. 650 95 92 92. Horari de tardes.

info@bonpasdeball.com

www.bonpasdeball.com

BANC DEL TEMPS

Projecte sense ànim de lucre que promou l'intercanvi de temps entre persones, i que realitzen, a partir de setembre, diversos tallers, cursos i activitats per als socis i sòcies.

Horari d'atenció: dilluns, dimarts i dimecres, de 17.30 a 19 h, dijous de 10 a 12 h

bancdeltempsbonpastor@yahoo.es

CENTRO CULTURAL ANDALUZ

Entitat que té com a objectiu la difusió de la cultura andalusa per mitjà de tallers, grups de dansa, actuacions i altres activitats culturals adreçades al barri. Horari d'atenció: de dimarts a dijous, de 18 a 20 h.
ccandaluzbuenpastor@gmail.com

CORAL AMICS DEL BON PASTOR

Entitat oberta a totes les persones interessades en el cant coral, sàpiguen cantar o no. Horari d'atenció: dimecres de 19.30 a 21.30 h
(Consol Monfort).