

## TALLERS CO-

G

Els tallers CO- d'innovació social volen facilitar la creació conjunta sense cap tipus de barreres i així sumar emocions, creativitat, coneixement i sobretot les ganes que tothom té de compartir experiències.

## DANSA EN CO-

**DEL 5 D'ABRIL AL 7 DE JUNY**

Dijous de 16:45 a 18 h

Places màximes: 14

Professional: Elisabet Ferrer, ballarina professional.

Juntament amb el Grup CHM salut mental es crearà un grup, que, des de la iniciació, passarà pels diferents estils de la dansa per ballar i fer un exercici de creació col·lectiva.



Foto: pixabay.com

---

**CREACIÓ D'UN POSTLLIBRE**

---

**12, 19 i 26 D'ABRIL**

Dijous de 19 a 20 h

Places màximes: 10

Professional: Col·lectiu d'artistes 4 Elements.

---

Els artistes de 4 Elements ens acompanyaran en el procés de creació d'un postllibre. Un cop l'obra s'hagi creat, podrà formar part de l'exposició "Postllibres, Neollibres, No llibres: un viatge de reinterpretació".

---

**MILLORANT L'ESPAI CUINA**

---

**DIMARTS 22 DE MAIG**

D'11 a 13 h

Places màximes: 14

Professional: Lluís Sabadell, expert en co-creació.

---

Convidem les entitats del barri a fer un treball de co-creació amb l'objectiu de millorar la nostra cuina en el seu aspecte inclusiu i facilitador.

---

**ENTITATS A LA CUINA INCLUSIVA**

---

---

**ACTIVITATS A DISPOSICIÓ DE LES ENTITATS DEL DISTRICTE**

---

Si sou una entitat del districte de les Corts i treballeu amb col·lectius en risc d'exclusió social, ara podreu gaudir de les activitats que us proposem trimestralment per a entitats, amb una dietista professional i de manera gratuïta. La inscripció es farà per ordre d'arribada de les peticions dels grups, i sempre que compleixi les condicions mencionades anteriorment. Una mateixa entitat podrà gaudir d'una d'aquestes activitats trimestralment.

---

**RECEPTES AMB MADUIXES I CIRERES (ECO)**

---

**DIMARTS 15 DE MAIG**

D'11 a 13 h

Places màximes: 12

Professional: Maria Alcolado, dietista i re-educadora alimentària.

---

Prepararem receptes de cremes saludables i saboroses per no avorrir-nos aquest hivern. Cuinarem amb ingredients de temporada, proximitat i ecològics. Cal portar dues carmanyoles.

Les maduixes i les cireres són dolces, sucoses i molt nutritives, una delícia per a