

ACTIVITATS ESTABLES

TALLER DE RETRAT

Dijous, d'11.30 a 13.30 h
Casa del Rellotge
Organització i inscripcions a:
Xarxa Sense Gravetat
Tel. 615 247 821
info@redsingravedad.org

Us convidem a pintar retrats per connectar amb la pintura, el volum, la llum i l'ombra, els colors... Retratar els altres i autoretratar-se, i així aprendre o millorar la nostra tècnica. Pintem per compartir un món creatiu i com a camí per co-neixer-nos!

AUTODEFENSA PER A DONES

Divendres, de 16.30 a 18 h.
Casa del Rellotge

Organització i inscripcions a: Xarxa Sense Gravetat. Tel. 615 247 821 info@redsingravedad.org
Aprendrem com defensar-nos de les agressions presents en la nostra quotidianitat. Per això utilitzarem tècniques físiques combinades amb eines més reflexives d'autoco-neixement individual i col·lectiu.

PROGRAMACIÓ CULTURAL

FESTA DE LA CASTANYADA

Divendres 26 d'octubre, a les 18 h
Casa del Rellotge
(jardins de Can Ferrero)

En cas de mal temps, la festa es traslladarà a la Sala Pepita Casanellas.
Organització: Ludoteca Casa dels Colors i CC Casa del Rellotge
Amb la col·laboració de Diables de Port.

EXPOSICIONS

MAKING OFF DEL PROJECTE 'ON ETS MARINA'?

Del 20 de setembre al 5 d'octubre
Inauguració: **dijous 20 de setembre, a les 18.30 h**
Lloc: espai expositiu Casa del Rellotge

Fotografies del procés evolutiu de la construcció del projecte. Així com els nous perfils del personatge del barri de la Marina. A càrrec de La Marina Viva.



FREESTYLE

Del 10 de desembre fins el 2019
Inauguració: **divendres 14 de desembre, a les 19 h**
Lloc: espai expositiu Casa del Rellotge
Fotografies a càrrec del Club de Fotografia Casa del Rellotge

Usualment aquest col·lectiu ens proposa treballs temàtics però, aquesta vegada, els seus membres han volgut deixar-se anar i expressar lliurement el que cadascú vol dir amb la seva fotografia. Per tant, el nom escollit per aquesta exposició és Freestyle un terme que vol dir estil lliure i que és molt utilitzat en la dansa i el rap. Per què no aplicar-ho també a la fotografia?

DE LA INDÚSTRIA A LA CULTURA

Un espai per mostrar i posar en comú el passat, el present i el futur del barri de la Marina a través de la participació dels veïns i les veïnes.

LA FÀBRICA I EL BARRI DE LA SEAT

Divendres, 28 de setembre
Punt de trobada: Casa del Rellotge, a les 17 h
Activitat gratuïta. Inscripcions al 934 322 489 i a informacio@casadelrelotge.net

De la mà de membres del Memorial Democràtic de Treballadors/es de SEAT farem una passejada per diferents indrets del barri. Ens faran visitar el passat que va marcar tant el seu veïnat. Ens explicaran aspectes relacionats amb l'arquitectura industrial, les condicions de vida als habitatges de la Seat, sense oblidar les mobilitzacions i lluites laborals.



ITINERARIS CULTURALS

LA ZONA ALTA: CLERO, BURGESIA I TERRATINENTS

Divendres 19 d'octubre
Sortida des de la Casa del Rellotge a les 15.45 h. Preu: 5 €

Itinerari comentat a càrrec de Sònia Tres
Quan Barcelona era un gran motor industrial i començava a parlar-se de barris obrers, Sarrià i Sant Gervasi vivien aquesta realitat des d'una altra vessant social: l'arribada del clero i la burgesia. El contacte amb la natura, les terres fèrtils i les revoltes populars van afavorir per dibuixar-hi un paisatge de monestirs i de torres d'estiueig. Tot i quedar ofegats per la ciutat, les torres i l'amagat cementiri de Sarrià guarden la memòria de la societat d'aquell temps.

MUSEU CAN FRAMIS

Divendres 21 de desembre
Visita guiada
Sortida des de la Casa del Rellotge a les 15.25 h. Preu: 5 €

Can Framis era una fàbrica de finals del s. XVIII, propietat de la família Framis, que amb el temps va perdre la seva activitat i es va convertir en el record de la indústria pròpia del Poblenou. Avui, és un Museu de Pintura Contemporània que acull 300 obres a més d'exposicions temporals. És un racó per a la contemplació artística situat en el mateix districte, a la zona del 22@, que ha canviat la indústria per la innovació.

SALA PEPITA CASANELLAS

MATINALS PER A TOTA LA FAMÍLIA

CAMINS DE CREACIÓ. FESTIVAL HOP 2018

Diumenge 28 d'octubre, a partir de les 11 h
Per a tota la família

Taller i espectacle de dansa urbana
Activitat gratuïta

LA NINA DEL CAP PELAT

Diumenge 18 de novembre, a les 12 h
Edat recomanada: a partir dels 3 anys

Teatre, música i titelles a càrrec de la Cia. Engruna teatre
En un carro ple d'andròmines viu la Nina del Cap Pelat. La Nina se sent diferent de les altres andròmines perquè no té cabells i això la impulsarà a iniciar un viatge a la recerca d'uns cabells pel seu cap pelat. Durant el trajecte s'anirà trobant amb personatges que li mostraran les seves particularitats, allò que els fa especials...

CÖSMIX

Diumenge 2 de desembre, a les 12 h
Per a tota la família

Teatre a càrrec de la Cia. Teatre Mòbil
Dos viatgers infatigables, estranys i extravagants, arriben a l'escenari programats per fer riure. Com dos homes orquestra, despleguen les seves millor habilitats: fan música impossible, fan teatre reciclàssic, fan l'animal i fins i tot ens avancen el futur en viu i en directe!

DIVENDRES EN ESCENA

IMPREVISIBLE

Divendres 5 d'octubre, a les 20 h

Espectacle d'improvisació a càrrec de la Cia. Imprevisible
Viurem una jornada amb dos artistes que improvisaran amb molt d'humor i amb la col·laboració del públic.

ANY DAY + PER UN TXÁ

Divendres 9 de novembre, a les 20 h

Dos solos de dansa a càrrec de l'Helena Canas i el Marc Lapuerta

Any day: El que podria ser qualsevol dia a la platja... Un personatge perfeccionista una mica histriònic aconseguirà tenir-ho tot controlat?

Per un Txá: Joc, humor i contacte amb el públic mitjançant un senzill compàs de txa-txa-txa que és dins del cos del ballari, sense saber com ni per què.

PROGRAMACIÓ AMB MOTIU DEL 25N - Dia Internacional de l'eliminació de la violència envers la dona

Divendres 23 de novembre, a les 20 h
Amb la col·laboració de la taula de dones de la Marina
Activitat gratuïta

EL BUFÓN DEL REY LEAR

Divendres 21 de desembre, a les 20 h

Monòleg teatral a càrrec de Felipe Cabezas
El bufó del rei Lear, un dels més carismàtics personatges de l'obra de Shakespeare, ens porta la seva versió de la tragèdia anglesa per excel·lència. Murri, sarcàstic, astut i burleta, el bufó del rei narra les lluites del poder des de la seva perspectiva crítica i satírica. El rei Lear, en l'ocàs del seu regnat ha dividit el regne entre les seves tres filles, però un capritx desproporcionat de l'ancià rei desencadena una lluita de poders que acabarà involucrant tot un poble.

Preu de l'entrada de tots els espectacles: 2,40 € per persona. No es permetrà l'entrada a la sala un cop començat l'espectacle

SERVEI DE SUPORT A LA PARTICIPACIÓ I A LA CREACIÓ

TEATRE SOCIAL

Taller de teatre social per a joves del barri a la Casa del Rellotge
A càrrec de l'associació ImpactaT intervencions teatrals.
Organització: Fundació mans a les mans

EXPOSICIÓ DEL CONCURS DE DIBUIX DEL FANTASMA

Del 22 al 25 d'octubre, a l'espai expositiu de la casa del Rellotge

Concurs de dibuix infantil que organitza la Ludoteca Casa dels Colors dins el Joc del Fantasma. Tots els dibuixos participants seran exposats i tothom podrà votar els seus preferits.

PESSEBRE VIVENT DE LA MARINA

Dissabte 15 de desembre, a partir de les 18 h
Jardins dels Drets Humans

PRECAMPANADES: VIVA 2019!

Dissabte 30 de desembre de les 22 a les 00.30 h

Farem un assaig de les campanades de la nit de Cap d'any amb el rellotge del CC Casa del Rellotge. Recollida de tiquet per cotilló a partir del 10 de desembre a la Sala Pepita Casanellas, al CC La Cadena i al CC Casa del Rellotge.

SERVEI CESSIÓ D'ESPAIS

Disposem d'espais de lloguer per a persones, grups i entitats, amb sol·licitud prèvia. Consulteu-ne les tarifes i les normes d'ús al web.

Centre Cívic Casa del Rellotge Sala Pepita Casanellas

PROGRAMACIÓ

Octubre - Novembre - Desembre 2018



Ajuntament de Barcelona



INSCRIPCIONS

Les inscripcions es fan presencialment al centre cívic i, en línia, al web www.casadelrellotge.net

Les places s’adjudicaran per ordre d’inscripció i pagament. El pagament de les quotes es pot fer amb targeta o mitjançant ingrés a compte bancari. Per formalitzar la inscripció caldrà presentar el resguard de l’ingrés abans de tres dies. No s’accepta el pagament en efectiu.

Reducció i subvenció dels imports als cursos: informeu-vos-en en el mateix centre.

La normativa està a la disposició dels usuaris i les usuàries. Places limitades. Els grups hauran de tenir un mínim de persones inscrites perquè es puguin impartir.

Tots els tallers tenen una durada d’11 setmanes, excepte en els casos que s’indiqui una altra durada.

Període d’inscripcions: del 3 al 21 de setembre
Setmana d’inici: de l’1 al 5 d’octubre
Setmana final: del 10 al 14 de desembre

Podeu consultar informació més detallada dels tallers al web del Centre.

TALLERS

ARTS MANUALS

PINTURA

Grup A: dilluns, de 19 a 21 h
Grup B: dimecres, de 19 a 21 h
Casa del Rellotge
Preu trimestre: 48,71 €

ARTS PLÀSTIQUES

Dimarts, de 19 a 21 h
Casa del Rellotge
Preu trimestre: 48,71 €

Un espai per a qualsevol projecte artístic que vulguem aprendre o desenvolupar, ja sigui a través del dibuix, l’aquarel·la, la ceràmica...

ESMALTS AL FOC SOBRE METALL

Dijous, de 18 a 20.30 h
Casa del Rellotge
Preu 9 sessions: 78,95 €

Crea les teves peces, mitjançant una fina planxa de coure que es retalla, s’esmalta i s’enforna.

COSTURA CREATIVA

Dimecres, de 19 a 21 h
Casa del Rellotge
Preu trimestre: 77,20 €

Cal tenir nocions bàsiques de costura a màquina i portar-ne una.

EXPRESSIONÍ I MOVIMENT

BALLEM MÚSICA DELS 80

Dimecres, de 18 a 19.15 h
Sala Pepita Casanellas
Preu trimestre: 48,25 €

Diverteix-te i fes exercici amb petites coreografies de música d’aquesta dècada (Duran Duran, Police, Michael Jackson) i amb cançons dels grans musicals de l’època (Fame, Flashdance, Dirty dancing).

BALLS DE SALÓ

Dimecres, de 19.30 a 21 h
Sala Pepita Casanellas
Preu trimestre: 58 €

ZUMBA

Grup A: dimarts, de 18 a 19 h
Grup B: dimarts, de 19 a 20 h
Sala Pepita Casanellas
Preu trimestre: 38,60 €

DANSA ORIENTAL I FUSIÓ

Dimarts, de 17 a 18.15 h
Casa del Rellotge
Preu trimestre: 48,24 €

Aquesta bonica dansa de l’Orient Mitjà és una reconexió amb la teva feminitat i equilibra tant el cos com la ment.

AFROBEAT

Divendres, de 17 a 18 h
Casa del Rellotge
Preu 10 sessions: 35,10 €

Dansa fruit de la combinació de la música loruba i el funk, popularitzada a l’Àfrica als anys 70, amb moviments polirítmics i improvisacions.

SALUT I CREIXEMENT PERSONAL

TAITXÍ I TXIKUNG

Dimecres, de 11.45 a 13 h
Casa del Rellotge
Preu trimestre: 48,25 €

AIKIDO

Grup A: dilluns, de 19.30 a 21 h
Preu 11 sessions: 57,89 €
Grup B: divendres, de 19.30 a 21 h
Preu 10 sessions: 52,65 €
Casa del Rellotge

Art marcial d’origen japonès que promou una visió diferent d’allò que és marcial.

GIMNÀSTICA PER A GENT GRAN

Grup A: dimarts i dijous, de 16 a 17 h
Grup B: dimarts i dijous, de 17 a 18 h
Casa del Rellotge
Preu 20 sessions: 55,36 €

IOGA INICIACIÓ

Dilluns, de 18.45 a 20 h
Casa del Rellotge
Preu trimestre: 48,25 €

Adreçat a persones que mai l’han practicat i volen conèixer els beneficis del ioga.

IOGA PRINCIPIANTS

Grup A: dilluns i dimecres, de 10.15 a 11.30 h
Grup B: dilluns i dimecres, de 17 a 18.15 h
Casa del Rellotge
Preu trimestre: 74,53 €

Adreçat a persones que l’han practicat de manera puntual. Intensitat de baixa a mitjana.

IOGA INTERMEDI

Grup C: dimarts i dijous, de 19.45 a 21 h
Preu 20 sessions: 67,76 €
Grup D: dilluns i dimecres, de 18.15 a 19.30 h
Preu trimestre: 74,53 €
Casa del Rellotge

Intensitat de mitja a mitja-alta.

IOGA SUAU

Dimarts i dijous, de 18.30 a 19.45 h
Casa del Rellotge
Preu 20 sessions: 67,76 €

Per a majors de 60 anys.

IOGA PER A EMBARASSADES

Dimarts, de 18.30 a 19.30 h
Casa del Rellotge
Preu trimestre: 38,60 €

La pràctica de ioga durant l’embaràs t’ajudarà a mantenir un bon estat físic i emocional. Recomanat a partir del segon trimestre d’embaràs.

IOGA POSTPART AMB NADONS

Dilluns, de 17.30 a 18.30 h
Casa del Rellotge
Preu trimestre: 38,60 €

Espai de trobada amb el teu nadó (fins que comença a gatejar) i per enfortir el cos després del part (una vegada es té l’alta mèdica). Per a dones amb infants fins als 7 mesos.

MEDITACIÓ

Dimecres, de 19.30 a 20.30 h
Casa del Rellotge
Preu trimestre: 38,60 €

Pràctica de relaxació que ens ajudarà a estar bé amb un mateix i amb el món que ens envolta.

ESTIRAMENTS I HIOPRESSIUS

Dijous, de 17 a 18.15 h
Casa del Rellotge
Preu 9 sessions: 39,47 €

Treballarem l’estirament per mantenir una bona qualitat funcional del cos, i també els abdominals hipopressius, mitjançant un conjunt d’exercicis i tècniques posturals.

IDIOMES

ANGLÈS ELEMENTAL

Dilluns, de 19.30 a 21 h
Casa del Rellotge
Preu trimestre: 57,90 €

Si ja tens una mica de coneixements de l’anglès (vocabulari bàsic, temps verbals com el present i el passat), aquest és el teu curs.

TALLERS MONOGRÀFICS

HÀBITS DE CONSUM ENERGÈTIC

Dijous 15 de novembre, a les 18.30 h
Casa del Rellotge
Gratuït

Reflexionarem sobre les bones i males pràctiques que fem.

CUINA AFRICANA

Divendres 16 de novembre, a les 18 h
Casa del Rellotge
Gratuït

Aprendrem a fer una amanida típica, i una beguda com el gínger bear. Amb la col·laboració de l’Associació guineo-catalana Bisila.

ACTIVITATS ESTABLES

COORDINADORA LABORAL LA MARINA-ZONA FRANCA

Dimarts, de 10 a 12 h
Casa del Rellotge.
Més informació: coordinadoralaboralmarinazf@gmail.com

Assemblees, debats, planificació d’activitats i consultes. Precarietat laboral, atur i pensions.

CLUB DE FOTOGRAFIA

Trobades quinzenals. Més informació: Casa del Rellotge i clubfcr@gmail.com

Reunions i activitats d’aficionats a la fotografia.

GRUP DE CONVERSA EN CATALÀ XERREM-JUNTS

Dilluns, de 18.30 a 20 h
Casa del Rellotge.
Organització: CAL i Òmnium Cultural de Sants-Montjuïc
Més informació: Casa del Rellotge o CAL 934 159 002

Dirigit a persones que volen iniciar-se o millorar la parla del català.

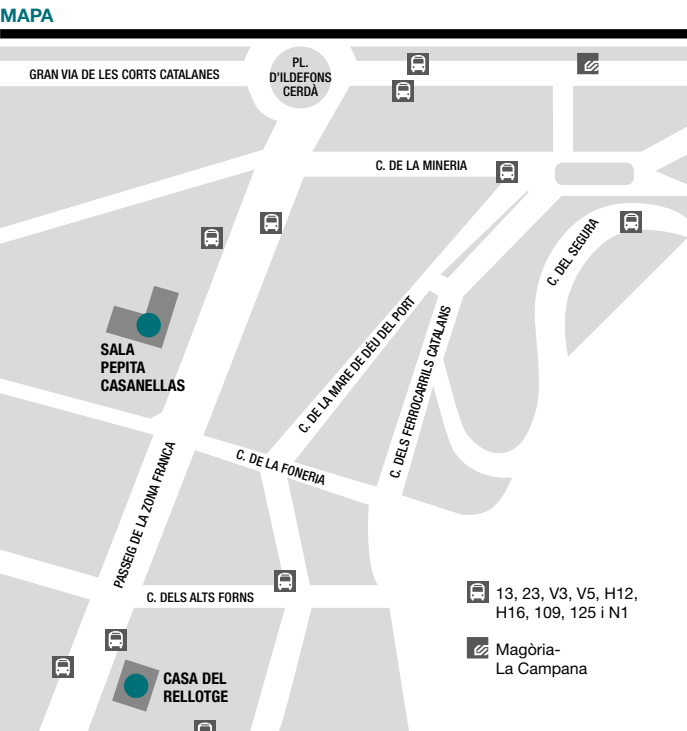
ASSOCIACIÓ GUINEO-CATALANA

Divendres, de 18.30 a 20 h
Casa del Rellotge
Més informació: 609978647 o generacionguineocatalana@gmail.com

Coral Bisila. Repertori de cançoner típic de Guinea Equatorial i de Catalunya. Vine a cantar i, si tens un instrument, ens pots acompanyar.



MAPA



ADREÇA

Centre Cívic Casa del Rellotge
Pg. Zona Franca, 116 · 08038 Barcelona · Tel. 934 322 489
De dilluns a divendres de 10 a 14 h i de 16 a 21.30 h

Sala Pepita Casanellas
Pg. Zona Franca, 185 · 08038 Barcelona · Tel. 932 563 730
De dilluns a divendres de 8 a 21 h

PER A MÉS INFORMACIÓ

www.casadelrellotge.net
informacio@casadelrellotge.net
www.facebook.com/cccasadelrellotgesalapepita

barcelona.cat/sants-montjuic

barcelona.cat/sants-montjuic

barcelona.cat/sants-montjuic

barcelona.cat/sants-montjuic

barcelona.cat/sants-montjuic

barcelona.cat/sants-montjuic

barcelona.cat/sants-montjuic

NOU TALLER

NOU HORARI