

Centre Cívic Joan Oliver "Pere Quart"

PROGRAMA D'ACTIVITATS

Juliol - setembre 2019

Joan Oliver "Pere Quart"



Ajuntament de
Barcelona



ÍNDEX

CURSOS I TALLERS	pàg. 05
ARTS PLÀSTIQUES	pàg. 05
ART I DISSENY	pàg. 06
INFORMÀTICA I COMUNITAT DIGITAL	pàg. 07
LLENGÜES	pàg. 08
BALLS I DANSES	pàg. 09
SALUT I BENESTAR	pàg. 11
PER A GENT GRAN	pàg. 14
CÀPSULES DE CUINA	pàg. 14
INNOVACIÓ SOCIAL	pàg. 17
ACTIVITATS INFANTILS I FAMILIARS	pàg. 20
CICLE BARCELONA DISTRICTE CULTURAL	pàg. 21
ESPECTACLES I CONCERTS	pàg. 22
EXPOSICIONS	pàg. 23
MOSTRES	pàg. 24
SORTIDES CULTURALS	pàg. 24
ACTIVITATS ESPECÍFIQUES PER A LA GENT GRAN	pàg. 25
ENTITATS	pàg. 26
ALTRES SERVEIS	pàg. 27
AGENDA	pàg. 28



INSCRIPCIONS

INICI D'ACTIVITATS: dilluns, 1 de juliol / dilluns, 2 de setembre

FINAL D'ACTIVITATS: dijous, 18 de juliol / dimecres, 25 de setembre

INSCRIPCIONS PRESENCIALS

A partir de l'11 de juny en horari de secretaria de 9 a 14 i de 16 a 21 h

INSCRIPCIONS EN LÍNIA

A partir de l'11 de juny a les 9 h

NORMATIVA D'INSCRIPCIONS PRESENCIALS AL CENTRE

Per formalitzar les inscripcions heu de seguir la normativa següent:

- Es considerarà la plaça ocupada quan s'hagi efectuat el pagament.
 - Les inscripcions es faran de manera presencial i per ordre d'arribada. En cap cas no es reservarà plaça per telèfon.
 - Cada persona es pot inscriure en un màxim de tres tallers i pot inscriure-hi un màxim de dues persones més.
 - El centre es reserva el dret de suspendre les activitats que no tinguin un nombre mínim de participants.
 - En cas que la persona usuària es doni de baixa d'un taller en què s'hagi inscrit, haurà de notificar-ho durant el període de devolucions **(del 24 al 28 de juny)**.
 - Una vegada començats els tallers, no es retornaran els diners de la inscripció, excepte a les persones que presentin un informe mèdic per justificar que no poden assistir-hi, i amb un termini màxim d'un mes després del trimestre que cal retornar.
 - El centre es reserva el dret a canviar el professorat en cas necessari.
 - Es recuperaran les classes perdudes per causes alienes a l'alumnat.
 - No es podrà fer un canvi puntual d'horari d'una classe de qualsevol taller si no hi ha el consens del 100% de les persones inscrites, i només a iniciativa de la direcció.
 - El material fungible que sigui necessari per al taller serà a càrrec de l'alumnat. En la informació de cada taller s'especificarà quin és aquest plus econòmic.
 - El centre declina tota responsabilitat sobre el material personal i les produccions de les persones usuàries. Per aquest motiu us demanem que no deixeu a l'equipament cap material de valor, ni econòmic ni personal.
 - L'acompanyament de les persones amb discapacitat que necessitin suport per fer l'activitat estarà exempt del pagament de la matrícula.
 - No hi haurà cap descompte especial per a les persones sòcies del casal de la gent gran.
 - **Les persones que estiguin a l'atur tindran un descompte del 50% en el preu d'un taller al trimestre.**
- En aquest cas, caldrà aportar la vida laboral i el padró actualitzat dels últims tres mesos.**
- Tanmateix, les persones residents al municipi amb algun tipus de discapacitat tindran una reducció segons diferents criteris establerts al BOPB.

NORMATIVA D'INSCRIPCIONS EN LÍNIA

- Les inscripcions es podran fer a través de la pàgina web: ajuntament.barcelona.cat/ccivics/perequart.
- Per a totes les activitats, les places són limitades.
- Cada persona podrà formalitzar un màxim de tres inscripcions en el cas dels cursos i tallers.
- Recordeu que amb una adreça electrònica concreta només es pot registrar una persona. Si voleu registrar una altra persona haureu d'utilitzar una altra adreça.
- Una vegada començats els tallers, no es retornaran els diners de la inscripció, excepte a les persones que presentin un informe mèdic per justificar que no poden assistir-hi, i amb un termini màxim d'un mes després del trimestre que cal retornar.

PROGRAMACIÓ PER DIES

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
MATÍ		Posa't + A Cor jove Pilates B Pilates lumbar i cervical Internet i informàtica iniciació Crea un vídeo de les teves vacances Sincronitza el teu mòbil i el teu ordinador Estiraments B	loga B Anglès per viatjar Tràmits i compres per internet Organitza el teu PC Informàtica i internet a la carta Dibuix i pintura B loga migdia	Posa't + A Cor jove Estiraments B Fabrica la teva tassa	
TARDA	Gim suau Pilates A Estiraments A Txikung loga A Dibuix i pintura A	Posa't + B Taitxí Pilates C Posa't + C Estil dance Anglès per viatjar Patchwork	Gim suau loga pilates Estiraments A Dansa del ventre loga C Pilates D Gimnàstica facial Massatge miofacial Estampació	Posa't + B Zumba B Pilates E Posa't + C Estil dance Alemany repàs Fabrica la teva tassa	Cuina
NIT	Country avançat	Zumba A Country iniciació	Line dance	Zumba C Country intermedi	

CURSOS I TALLERS

ARTS PLÀSTIQUES
ART I DISSENY
INFORMÀTICA I COMUNITAT DIGITAL
LLENGÜES
BALLS I DANSES
SALUT I BENESTAR
PER A GENT GRAN
CÀPSULES DE CUINA

TALLERS**ARTS PLÀSTIQUES****DIBUIX I PINTURA****DE L'1 AL 15 DE JULIOL****Grup A:** dilluns de 18.30 a 20 h

Professional: Anna Bafalluy

DEL 3 AL 17 DE JULIOL**Grup B:** dimecres de 10 a 11.30 h

Professional: Jesús Teodoro Martín

Preu: 22,38 €

Places màximes: 14

DEL 2 AL 16 DE SETEMBRE**Grup A:** dilluns de 18.30 A 20 h

Professional: Anna Bafalluy

DEL 4 AL 25 DE SETEMBRE**Grup B:** dimecres de 10 a 11.30 h

Professional: Jesús Teodoro Martín

Preu: 22,38 €

Places màximes: 14

Treballarem paral·lelament les disciplines del dibuix i la pintura. Cal dur fulls de paper volum o d'apunts, carbonet, goma i un drap.

FABRICA I DECORA LA TEVA TASSA**Grup A:** dijous, 4 de juliol, de 10.30 a 12.30 h**Grup B:** dijous, 4 de juliol, de 17 a 19 h**Grup C:** dijous, 18 de juliol, de 10.30 a 12.30 h**Grup D:** dijous, 18 de juliol, de 17 a 19 h

Professional: Yolanda Martínez

Preu: 9,95 €

Places màximes: 14

Grup E: dijous, 5 de setembre, de 10.30 a 12.30 h

Grup F: dijous, 5 de setembre, de 17 a 19 h

Grup G: dijous, 19 de setembre, de 10.30 a 12.30 h

Grup H: dijous, 19 de setembre, de 17 a 19 h

Professional: Yolanda Martínez

Preu: 9,95 €

Places màximes: 14

Aprendrem a fabricar per nosaltres mateixos una tassa que, a més, decorarem amb la tècnica d'engalbar. La podreu passar a recollir la setmana següent del taller.

ART I DISSENY

PATCHWORK

DEL 2 AL 16 DE JULIOL

Dimarts de 18 a 20 h

Preu: 29,84 €

Places màximes: 12

Professional: Alicia Corripio

El *patchwork* és un vocable anglès, que significa "treball de pedaços". Una tradició americana que va començar quan els colonitzadors que arribaven d'Europa es trobaven amb una indústria tèxtil en els seus inicis, i cada retall de roba era un petit tresor. Cada peça de roba era reciclada per a un nou ús, i fins i tot els retalls massa usats es feien servir de farciment.

ESTAMPACIÓ, TENYITS I SEDA

DEL 3 AL 17 DE JULIOL

Dimecres de 18 a 20 h

Preu: 29,84 €

Places màximes: 12

Professional: Alicia Corripio

Les robes estampades resulten avui una cosa habitual, però els alumnes poden obtenir bells resultats amb les tècniques bàsiques.

Decorar un teixit produeix una gran satisfacció personal, segons el gust i la fantasia de cadascú. Vestits, roba de casa, eixarpes, fulards i un gran etcètera són la base de les nostres pintures.

'FUSING' (FUSIÓ DE VIDRE)

DEL 3 AL 17 DE SETEMBRE

Dimarts de 18 a 20 h

Preu: 29,84 € + 28 € de material

Places màximes: 12

Professional: Alicia Corripio

Desenvolupament del procés de fusió del vidre pas a pas, dient com podem crear una peça homogènia a partir de diferents trossos de vidre superposats. Realització de diferents fornades seguint tècnicament el programa de *Fusing*; la resolució et permetrà apreciar els diversos i sorprenents efectes que genera el vidre, després de introduir-lo al forn i portar-lo fins al seu punt de fusió ideal.

GANXET 'AMIGURUMI'

DEL 4 AL 25 DE SETEMBRE

Dimecres de 18 a 20 h

Preu: 29,84 €

Places màximes: 12
Professional: Alicia Corripio

Els *amigurumis* tenen forma principalment d'animals adorables com ossos, conills, gats o gossos; també es poden crear altres ninos amb formes variades com menjar o, plantes i, accessoris com bosses, bijuteria, etcètera.

És una tècnica d'origen japonès que consisteix a teixir petits ninos amb les tècniques de teixit de ganxo o ganxet.

INFORMÀTICA I COMUNITAT DIGITAL

CREA UN VÍDEO DE LES TEVES VACANCES

DEL 2 AL 16 DE JULIOL

Dimarts de 9.30 a 11 h

Professional: Elsa Ramos

Preu: 22,38 €

Places màximes: 14

DEL 3 AL 17 DE SETEMBRE

Dimarts de 9.30 a 11 h

Professional: Elsa Ramos

Preu: 22,38 €

Places màximes: 14

Mitjançant aplicacions gratuïtes aprendrem a editar fotografies i a fer vídeos dels nostres moments de forma divertida i senzilla.

INTERNET I INFORMÀTICA INICIACIÓ

DEL 2 AL 16 DE JULIOL

Dimarts d'11 a 12.30 h

Professional: Elsa Ramos
Preu: 22,38 €
Places màximes: 14

DEL 3 AL 17 DE SETEMBRE

Dimarts d'11 a 12.30 h

Professional: Elsa Ramos

Preu: 22,38 €

Places màximes: 14

Mitjançant aplicacions gratuïtes aprendrem a editar fotografies i a fer vídeos dels nostres moments de forma divertida i senzilla.



SINCRONITZA EL TEU MÒBIL I EL TEU ORDINADOR

DEL 2 AL 16 DE JULIOL

Dimarts de 12.30 a 14 h

Professional: Elsa Ramos

Preu: 22,38 €

Places màximes: 14

DEL 3 AL 17 DE SETEMBRE

Dimarts de 12.30 a 14 h
 Professional: Elsa Ramos
 Preu: 22,38 €
 Places màximes: 14

En aquest taller aprendràs a sincronitzar el teu mòbil i el teu ordinador per tenir còpia de seguretat de tot el teu contingut, així quan canviïs de mòbil només amb el teu correu ho recuperaràs tot.

TRÀMITS I COMPRES PER INTERNET**DEL 10 AL 24 DE JULIOL**

Dimecres de 9.30 a 11 h
 Professional: Elsa Ramos
 Preu: 22,38 €
 Places màximes: 14

DEL 4 AL 25 DE SETEMBRE

Dimecres de 9.30 a 11 h
 Professional: Elsa Ramos
 Preu: 22,38 €
 Places màximes: 14

Vols treure entrades, bitllets de tren, hotels tot a un preu més econòmic? En aquest taller coneixerem pàgines segures i aprendrem a buscar les millors ofertes.

ORGANITZA EL TEU PC**DEL 10 AL 24 DE JULIOL**

Dimecres d'11 a 12.30 h
 Professional: Elsa Ramos
 Preu: 22,38 €
 Places màximes: 14

DEL 4 AL 25 DE SETEMBRE

Dimecres d'11 a 12.30 h
 Professional: Elsa Ramos
 Preu: 22,38 €
 Places màximes: 14

No trobes les coses al teu ordinador? No saps com organitzar i fer les teves carpetes? Aquest és el teu curs. Organitzarem els nostres equips per trobar-ho sempre tot.

INFORMÀTICA I INTERNET A LA CARTA**DEL 10 AL 24 DE JULIOL**

Dimecres de 12.30 a 14 h
 Professional: Elsa Ramos
 Preu: 22,38 €
 Places màximes: 14

DEL 4 AL 25 DE SETEMBRE

Dimecres de 12.30 a 14 h
 Professional: Elsa Ramos
 Preu: 22,38 €
 Places màximes: 14

Pregunta tot el que vulguis. En aquest taller pots portar els teus dubtes i els solucionaré.

LLENGÜES**QUIN NIVELL D'ANGLÈS TINC?****DIMECRES 4 DE SETEMBRE**

De 10 a 12 h i de 18 a 20 h

Si vols saber a quin grup d'anglès t'has d'apuntar el proper trimestre d'octubre a desembre, t'oferim assessorament personalitzat mitjançant una entrevista per

orientar-te sobre el nivell que tens.
 Activitat gratuïta.
 Cal inscripció prèvia.

ANGLÈS DE SUPERVIVÈNCIA**DEL 2 AL 16 DE JULIOL**

Grup A: dimarts de 19 a 21 h

DEL 3 AL 17 DE JULIOL

Grup B: dimecres de 10 a 12 h

Preu: 29,84 €
 Places màximes: 12
 Professional: Sònia Camps

Si aquest estiu tens pensat viatjar a l'estranger, aquí et donarem les eines bàsiques per fer-te entendre allà on vagis.

ALEMANY REPÀS**DEL 4 AL 18 DE JULIOL**

Dijous de 17.30 a 19.30 h
 Preu: 29,84 €
 Places màximes: 12
 Professional: Sònia Camps

Dirigit a aquelles persones que ja tenen nocions o han fet algun trimestre al centre i volen fer un repàs d'alemany.

ANGLÈS REPÀS**DEL 3 AL 10 DE SETEMBRE**

Dimarts de 19 a 21 h
 Preu: 19,89 €
 Places màximes: 12
 Professional: Sònia Camps

Dirigit a aquelles persones que ja tenen nocions o han fet algun trimestre al centre i volen fer un repàs.

ALEMANY INICIACIÓ**DEL 5 AL 12 DE SETEMBRE**

Dijous de 17.30 a 19.30 h
 Preu: 19,89 €
 Places màximes: 12
 Professional: Sònia Camps

BALLS I DANSES**COUNTRY AVANÇAT****DE L'1 AL 15 DE JULIOL**

Dilluns de 21 a 22 h
 Preu: 14,92 €
 Places màximes: 18
 Professional: Olga Tormo

DEL 2 AL 16 DE SETEMBRE

Dilluns de 21 a 22 h
 Preu: 14,92 €
 Professional: Elisabet Castejón

Avançarem amb noves coreografies i combinacions de passos.

COUNTRY INICIACIÓ**DEL 2 AL 16 DE JULIOL**

Dimarts de 21 a 22 h
 Preu: 14,92 €
 Places màximes: 18
 Professional: Olga Tormo

DEL 3 AL 17 DE SETEMBRE

Dimarts de 21 a 22 h
 Preu: 14,92 €
 Places màximes: 18
 Professional: Elisabet Castejón

TALLERS

Pels que ja tenen el nivell iniciació assolit i volen noves combinacions de passos i coreografies.

COUNTRY MITJÀ

DEL 4 AL 18 DE JULIOL

Dijous de 21 a 22 h
Preu: 14,92 €
Places màximes: 18
Professional: Olga Tormo

DEL 5 AL 19 DE SETEMBRE

Dijous de 21 a 22 h
Preu: 14,92 €
Places màximes: 18
Professional: Elisabet Castejón

Avançarem amb noves coreografies i combinacions de passos.

LINE DANCE

DEL 3 AL 17 DE JULIOL

Dimecres de 21.15 a 22.15 h
Preu: 14,92 €
Places màximes: 18
Professional: Olga Tormo

DEL 4 AL 25 DE SETEMBRE

Dimecres de 21.15 a 22.15 h
Preu: 14,92 €
Places màximes: 18
Professional: Elisabet Castejón

Ball en línia dirigit a tots els qui volen aprendre coreografies noves i ritmes diferents.

ZUMBA

DEL 2 AL 16 DE JULIOL

Grup A: dimarts de 21 a 22 h

DEL 4 AL 18 DE JULIOL

Grup B: dijous de 19 a 20 h
Grup C: dijous de 21 a 22 h
Preu: 14,92 €
Places màximes: 18

DEL 3 AL 17 DE SETEMBRE

Grup A: dimarts de 21 a 22 h
DEL 5 AL 19 DE SETEMBRE
Grup B: dijous de 19 a 20 h
Grup C: dijous de 21 a 22 h
Preu: 14,92 €
Places màximes: 18
Professional: Sant Andreu Pas a Pas

Ball gimnàstic, eficaç i fàcil de seguir que s'inspira en la música llatina internacional per cremar calories, millorar la condició física i la coordinació i proporcionar benestar al cos i a la ment, reduint l'estrès. Cal portar tovallola i aigua.

DANSA DEL VENTRE

DEL 3 AL 17 DE JULIOL

Dimecres de 18 a 19.30 h
Preu: 22,38 €
Places màximes: 18

Dansa ancestral que ens permet connectar amb l'essència femenina, equilibrant cos i ment.

BALL EN LÍNIA AMB REMESCLA

DEL 5 AL 19 DE SETEMBRE

Dijous de 12 a 13 h
Preu: 14,92 €
Places màximes: 18
Professional: Elisabet Castejón

Podreu ballar des d'un txa-txa-txa fins al

TALLERS

més pur estil musical country. Una barreja divertida a gust de tothom.

SEVILLANES PER A LA 'FERIA'

DEL 3 AL 17 DE SETEMBRE

Dimarts de 12 a 13 h
Preu: 14,92 €
Places màximes: 18
Professional: Elisabet Castejón

En tres sessions farem les *square* sevillanes, per repassar o donar una idea del que és aquest tipus de ball tan reconegut.

SALUT I BENESTAR

CLUB IGUANA

DE L'1 AL 18 DE JULIOL

Preu: 21,89 €
Places màximes: 20
DEL 2 AL 23 DE SETEMBRE
Preu: 21,89 €
Places màximes: 20

Ús lliure de les activitats de salut i benestar: *gim* suau, estiraments B i ioga migdia.

POSA'T +

DEL 2 AL 18 DE JULIOL

Grup A: dimarts i dijous de 10 a 10.45 h
Grup B: dimarts i dijous de 19 a 19.45 h
Grup C: dimarts i dijous de 20 a 20.45 h
Preu: 22,38 €
Places màximes: 25
Professional: Maria Reina

DEL 3 AL 19 DE SETEMBRE

Grup A: dimarts i dijous de 10 a 10.45 h

Grup B: dimarts i dijous de 19 a 19.45 h

Grup C: dimarts i dijous de 20 a 20.45 h

Preu: 22,38 €
Places màximes: 25
Professional: Elisabet Castejón

Manteniment del cos amb exercicis i jocs per aconseguir una bona tonificació, elasticitat, resistència i força corporals. Cal dur roba còmoda, calçat apropiat, tovallola i aigua.

IOGA

DE L'1 AL 15 DE JULIOL

Grup A: dilluns de 20 a 21.30 h
Professional: Ignasi Bosacoma
Places màximes: 10

DEL 3 AL 17 DE JULIOL

Grup B: dimecres d'11 a 12.30 h
Professional: Lina Mariño
Grup C: dimecres de 19.45 a 21.15 h
Professional: Ignasi Bosacoma
Preu: 22,38 €
Places màximes: 18

DEL 2 AL 16 DE SETEMBRE

Grup A: dilluns de 20 a 21.30 h
Professional: Ignasi Bosacoma
Places màximes: 10

DEL 4 AL 25 DE SETEMBRE

Grup B: dimecres d'11 a 12.30 h
Professional: Lina Mariño
Grup C: dimecres de 19.45 a 21.15 h
Professional: Ignasi Bosacoma
Preu: 22,38 €
Places màximes: 18

Aprendràs postures per tonificar, estirar el cos i respirar correctament. Cal dur manta o tovallola.

IOGA MIGDIA**DEL 3 AL 17 DE JULIOL**

Dimecres de 13 a 14 h

Preu: 14,92 €

Places màximes: 18

DEL 4 AL 25 DE SETEMBRE

Dimecres de 13 a 14 h

Preu: 14,92 €

Places màximes: 18

Professional: Ignasi Bosacoma

IOGA PILATES**DEL 3 AL 17 DE JULIOL**

Dimecres de 19 a 20 h

Preu: 14,92 €

Places màximes: 18

Professional: Maria Reina

DEL 4 AL 25 DE SETEMBRE

Dimecres de 19 a 20 h

Preu: 14,92 €

Places màximes: 18

Professional: Elisabet Castejón

Descobreix aquesta disciplina en la qual el ioga i el pilates es fusionen.

Cal dur roba còmoda, mitjons i tovallola.

ESTIRAMENTS**DE L'1 AL 17 DE JULIOL****Grup A:** dilluns i dimecres de 20 a 20.45h**DEL 2 AL 18 DE JULIOL****Grup B:** dimarts i dijous de 13 a 13.45h

Preu: 22,38 €

Places màximes: 20

Professional: Maria Reina

DEL 2 AL 23 DE SETEMBRE**Grup A:** dilluns i dimecres de 20 a 20.45 h**DEL 3 AL 19 DE SETEMBRE****Grup B:** dimarts i dijous de 13 a 13.45 h

Preu: 22,38 €

Places màximes: 20

Professional: Elisabet Castejón

Tècnica dolça per estirar els músculs, relaxar i disminuir l'estrès i millorar la postura i l'equilibri. Cal dur tovallola.

ESTIL DANCE**DEL 2 AL 18 DE JULIOL**

Dimarts i dijous de 20 a 20.45 h

Preu: 22,38 €

Places màximes: 18

DEL 3 AL 19 DE SETEMBRE

Dimarts i dijous de 20 a 20.45 h

Preu: 22,38 €

Places màximes: 18

Professional: Sant Andreu Pas a Pas

Varietat de coreografies i d'estils al ritme de la música més animada.

PILATES**DE L'1 AL 15 DE JULIOL****Grup A:** dilluns de 19 a 20 h

Professional: Maria Reina

DEL 2 AL 16 DE JULIOL**Grup B:** dimarts de 10.30 a 11.30 h (nivell iniciació)**Grup C:** dimarts de 18 a 19 h (nivell intermedi)**DEL 3 AL 17 DE JULIOL****Grup D:** dimecres de 18 a 19 h (nivell iniciació)**DEL 4 AL 18 DE JULIOL****Grup E:** dijous de 20 a 21 h (nivell intermedi)

Professional: Sònia camps

Preu: 14,92 €

Places màximes: 10

DEL 2 AL 16 DE SETEMBRE**Grup A:** dilluns de 19 a 20 h

Professional: Elisabet Castejón

Preu: 14,92 €

Places màximes: 10

DEL 3 AL 10 DE SETEMBRE**Grup B:** dimarts de 10.30 a 11.30 h (nivell iniciació)**Grup C:** dimarts de 18 a 19 h (nivell intermedi)**DEL 5 AL 12 DE SETEMBRE****Grup E:** dijous de 20 a 21 h (nivell intermedi)

Professional: Sònia camps

Preu: 9,95 €

Places màximes: 10

Descobreix el mètode Pilates, un sistema d'entrenament físic i mental que uneix el dinamisme i la força muscular, la ment, la respiració i la relaxació. Cal dur roba còmoda, mitjons i tovallola.

PILATES LUMBAR I CERVICAL**DEL 2 AL 16 DE JULIOL**

Dimarts d'11.30 a 12.30 h

Preu: 14,92 €

Places màximes: 10

DEL 3 AL 10 DE SETEMBRE

Dimarts d'11.30 a 12.30 h

Preu: 9,95 €

Places màximes: 10

Professional: Sònia Camps

Treball de reforç dels grups musculars que estableixen la zona lumbar i cervical per evitar possibles lesions i per enfortir aquestes zones.

GIMNÀSTICA FACIAL**DEL 3 AL 17 DE JULIOL**

Dimecres de 19 a 20 h

Preu: 14,92 €

Places màximes: 10

Professional: Sònia Camps

Apre'n una sèrie d'exercicis amb els quals podràs enfortir, tonificar i reafirmar els músculs de la cara i així prevenir o minimitzar els efectes de l'envelliment i potenciar l'efecte dels tractaments cosmètics i eliminar les tensions musculars que provoquen el mal de cap i la migranya.

MASSATGE MIOFASCIAL**DEL 3 AL 17 DE JULIOL**

Dimecres de 20 a 21 h

Preu: 14,92 €

Places màximes: 10

Professional: Sònia Camps

Exercicis d'automassatge del teixit connectiu (fàscia) que envolta els òrgans i grups musculars. S'aconsegueix mobilitat en les articulacions, s'alliberen tensions musculars i es millora la postura. Ideal com a preparació per a qualsevol activitat física.

TXIKUNG**DE L'1 AL 15 DE JULIOL**

Dilluns de 19 a 20 h
Preu: 14,92 €
Places màximes: 18

DEL 2 AL 16 DE SETEMBRE

Dilluns de 19 a 20 h
Preu: 14,92 €
Places màximes: 18
Professional: Ricard Cunill

Combat l'ansietat, el cansament i l'es-très diari equilibrant la ment i enfortint la salut, mitjançant moviments suaus.

TAITXÍ**DEL 2 AL 16 DE JULIOL**

Dimarts de 18 a 19 h
Preu: 14,92 €
Places màximes: 18

DEL 3 AL 17 DE SETEMBRE

Dimarts de 18 a 19 h
Preu: 14,92 €
Places màximes: 18
Professional: Ricard Cunill

Mitjançant aquestes tècniques mil·lenàries de moviments harmònics, treballarem per mantenir la flexibilitat i el benestar corporal.

GIM SUAU**DE L'1 AL 17 DE JULIOL**

Dilluns i dimecres de 18 a 18.45 h
Preu: 22,38 €
Places màximes: 20
Professional: Maria Reina

DEL 2 AL 23 DE SETEMBRE

Dilluns i dimecres de 18 a 18.45 h
Preu: 22,38 €
Places màximes: 20
Professional: Elisabet Castejón

Activitat per millorar la mobilitat articular i la forma física. Adreçat a persones que vulguin estar en forma de manera suau i entretinguda. Cal dur roba còmoda, calçat apropiat, tovallola i aigua.

PER A LA GENT GRAN**COR JOVE****DEL 2 AL 18 DE JULIOL**

Dimarts i dijous d'11 a 12 h
Preu: 10,97 €
Places màximes: 30

DEL 3 AL 19 DE SETEMBRE

Dimarts i dijous d'11 a 12 h
Preu: 10,97 €
Places màximes: 30
Professional: Maria Reina

Manteniment del cos mitjançant exercicis i jocs per aconseguir un bon estat de salut.

CÀPSULES DE CUINA**ORXATES I 'SMOOTHIES' VEGETALS (ECO)****DILLUNS 1 DE JULIOL**

De 18 a 21 h
Preu: 14,92 € + 4 € de material
Places màximes: 12

Professional: Maria Alcolado

Fa segles que s'elaboren orxates i begudes vegetals amb cereals, fruits secs i llegums. Ha arribat l'hora de fer les nostres begudes a casa! Prepararem receptes refrescants, nutritives i saboroses per hidratar-nos aquests mesos de calor. No faltaran l'orxata de xufla, la beguda d'ametlles i la beguda de civada. Alternatives vegetals per a tots els gustos, sense lactosa, lliures de colesterol i greixos saturats. A més, les acompanyarem d'unes galetes fetes amb el reaprofitament de la polpa. Reduirem la quantitat de sucre al màxim. Cuinarem amb aliments de temporada, de proximitat i ecològics. No oblidis el davantal i la carmanyola!

CUINA D'ESTIU**DEL 2 AL 9 DE JULIOL**

Dimarts de 12 a 14 h
Preu: 19,89 € + 6 € de material
Places màximes: 12
Professional: Aina Mir

En aquest curs aprendrem a treure profit del que ens regala l'estiu, fent plats senzills i saborosos. Farem un tombet mallorquí, algun platet amb escalivada i amb fuites com la síndria i el meló.

TÀRTARS I CARPACCIOS**DIMECRES 3 DE JULIOL**

De 17 a 19 h
Preu: 9,95 € + 5 € de material
Places màximes: 12
Professional: Aina Mir

Ara que ve la primavera, ja podem començar a gaudir de menjars lleugers i

frescos. Per això et proposem aquest curs on aprendràs a fer carpaccios i tàrtars, tant de carn, peix o verdures! Farem bistec tàrtar, un carpaccio de gambes i un de carbassons, entre algun altre.

PASTISSOS I DOLÇOS FÀCILS**DEL 10 AL 17 DE JULIOL**

Dimecres de 17 a 19 h
Preu: 19,89 € + 6 € de material
Places màximes: 12
Professional: Aina Mir

Arriba l'estiu i, amb ell, aquest la calor, els colors vius, la maduresa i una gran quantitat de fruites refrescants i revitalitzants. Per això en aquest curs aprendrem a fer dolços amb tot el que ens aporta aquesta estació. Aprendrem a fer des del pastís d'albercocs al sablé bretó amb nata i fruita o alguna mousse fresca.

ARROSSOS I FIDEUADA**DEL 13 AL 20 DE SETEMBRE**

Divendres de 17 a 19 h
Preu: 19,89 € + 6 € de material
Places màximes: 12
Professional: Aina Mir

En aquest curs aprendrem la varietat d'arrossos que podem trobar i les seves aplicacions en diferents plats, tant caldosos com melosos o secs. Farem un arròs de marisc i un arròs melós de muntanya. Farem també una fideuada i donarem cabuda al dolç arròs glutinós tailandès.

CUINA TAILANDESA**DEL 13 AL 20 DE SETEMBRE**

Divendres de 19.15 a 21.15 h

Preu: 19,89 € + 6 € de material

Places màximes: 12

Professional: Aina Mir

Si has viatjat a Tailàndia i t'ha enamorat la seva gastronomia o simplement t'agraden les noves experiències culinàries, apunta't. Aprendre a fer un la sopa "Tom Yum", l'amanida de papaia verda, un curri, el *pad thai* i l'arròs dolç glutinos amb mango.

POSTRES SENSE FORN**DILLUNS 16 DE SETEMBRE**

De 18 a 21 h

Preu: 14,92 € + 5 € de material

Places màximes: 12

Professional: Aina Mir

En aquest curs aprendrem moltes receptes amb la característica comuna de no utilitzar el forn, ja sigui per estalviar, perquè no en tenim a casa o simplement per no passar calor en ple estiu. Podrem cuinar al foc, amb l'olla de pressió o simplement refredant a la nevera. Aprendre a fer creps, mousses i pastissos frescos, de formatge o de llimona.

'ZOODLES' O ESPAGUETIS VEGETALS (ECO)**DIMARTS 17 DE SETEMBRE**

De 18 a 21 h

Preu: 14,92 € + 4 € de material

Places màximes: 12

Professional: Maria Alcolado

Els espaguetis vegetals o *zoodles* són una opció ràpida i fàcil per preparar una amanida de primavera estiu ben original! Tallarem les hortalisses en espiral (carbassó, pastanaga, cogombre) i les utilitzarem com a base del nostre plat saludable. Acompanyarem aquests *zoodles* de salses i vinagretes amb molta personalitat. Cuinarem amb aliments de temporada, de proximitat i ecològics.

ENTRANTS, CREMES I SOPES FREDES**DIMECRES 18 DE SETEMBRE**

De 16 a 18 h

Preu: 9,95 € + 3 € de material

Places màximes: 12

Professional: Aina Mir

Ens acomiadem de l'estiu amb uns àpats refrescants i lleugers. Aprendre a fer cremes i entrants fàcils i frescos. Farem el gaspatxo diferent, una sopa de meló i cogombre, entre altres.

HAMBURGUESES VEGETALS (ECO)**DIJOUS 19 DE SETEMBRE**

De 18 a 21 h

Preu: 14,92 € + 4 € de material

Places màximes: 12

Professional: Maria Alcolado

Explicarem tècniques i trucs per aconseguir una bona textura, aspecte i gust. Algunes de les hamburgueses que cuinarem seran amb mongetes vermelles o cigrons, flocs de civada, ou, mill o quinoa o amb bròquil i parmesà. Prepararem salses d'acompanyament i donarem idees per aconseguir presentacions de foto!

INNOVACIÓ SOCIAL

G

CREAR I DINAMITZAR EL GRUP MOTOR**ACCIONS QUE POTENCIÏN HÀBITS SALUDABLES****CONFERÈNCIES PARTICIPATIVES I EDUCATIVES SOBRE EL MEDI AMBIENT EN ANGLÈS****ACTIVITATS FORMATIVES D'INNOVACIÓ SOCIAL****CREAR I DINAMITZAR EL GRUP MOTOR****COM ENS IMAGINEM EL CONSUM DE CULTURA FUTUR****DIMECRES 10 DE JULIOL**

De 11 a 13 h

Professional: Lluís Miras, gestor cultural

Creació d'un grup motor format per usuaris i usuàries, talleristes, tècnics i tècniques d'espectacles i artistes que parlarem i ens imaginarem el consum de cultura futur. Conceptes com "participació" i "cocreació" agafaran forma per dibuixar una cultura futura que ja estem començant a experimentar.

ACCIONS QUE POTENCIÏN HÀBITS SALUDABLES**ORGANITZACIÓ I PLANIFICACIÓ DE MENÚS SALUDABLES****DILLUNS 16 DE SETEMBRE**

De 18 a 20 h

Professional: Maria Alcolado, dietista i re-educadora alimentària

Vols tenir organitzats els menús setmanals però mai trobes el moment per planificar-te? Tens dubtes si els teus àpats són saludables i equilibrats? La Maria ens donarà unes pautes bàsiques de nutrició i dietètica. Veurem exemples de menús variats i nutritius per a totes les dietes.



Foto: Pixabay

COM AFECTA LA BROSSA QUE LLENCEM A EUROPA ELS ANIMALS DEL PACÍFIC?

DIMARTS 9 DE JULIOL

De 18 a 19.30 h

FENÒMENS CLIMÀTICS EXTREMS

DIMARTS 10 DE SETEMBRE

De 18 a 19.30 h

ACTIVITATS FORMATIVES D'INNOVACIÓ SOCIAL

'TWITTERATURA'

17 i 18 DE SETEMBRE

De 19 a 20.30 h

Professional: **Belén Fernández, experta en comunicació**

Us proposem un taller de creació literària a Twitter. A la primera sessió aprendrem les regles bàsiques de Twitter (*microblogging*) i coneixerem persones que fan un ús creatiu i literari d'aquesta xarxa. La segona sessió serà un taller pràctic per crear frases literàries en 140 caràcters.

CONFERÈNCIES PARTICIPATIVES I EDUCATIVES SOBRE MEDI AMBIENT EN ANGLÈS

Professional: **Elen Evans, de Stem Ginger Education**

L'Elen és llicenciada en ciències naturals i professora d'anglès i ens ofereix conferències i tallers de ciències per augmentar l'interès per temes relacionats amb el medi ambient, amb l'esperança de poder millorar la nostra relació amb el nostre planeta.

Conferències divertides amb moltes oportunitats per participar, parlar i aprendre on la llengua vehicular és l'anglès, però amb el suport del castellà i el català.



Foto: Pixabay

TEATRES PER PORTAR

12 I 13 DE SETEMBRE

De 18 a 20 h

Professional: **Antxon Corcuera, formador en processos artístics i creatius**

Pot ser que sigueu uns contacontes consolidats o uns valents titellaires que van de poble en poble o simplement vulgueu sorprendre els vostres infants fabricant un teatret d'ombres. Sigui com sigui, aquest taller us servirà per contar la vostra història i endur-vos-la després a un altre lloc. Aquest taller està destinat a totes les edats.



Foto: Imatge d'Antxon Corcuera

L'EXÈRCIT DE DONES DE LA BEL MUR "LA DONA DE PERE QUART"

DIMARTS 17 DE SETEMBRE

De 18.30 a 20 h

Professional: **Bel Mur, artista plàstica**

Amb l'ajuda dels PIJ, la taula de dones, el taller de ceràmica i altres artistes, us proposem la creació de "la dona de Pere Quart" en un exercici de cocreació que va des de la seva ideació a la seva realització. D'aquesta manera ampliarem l'exèrcit de dones de la Bel Mur.



Foto: Imatge Bel Mur

ACTIVITATS INFANTILS I/O FAMILIARS



ACTIVITATS INFANTILS I/O FAMILIARS

ESPECTACLES INFANTILS

Hora: 18 h (obertura al públic a les 17.45 h)

'THE GROUCHY LADYBUG'

DIVENDRES 12 DE JULIOL

Professional: l'escola d'anglès Helen Doron

Durant vint anys The grouchy ladybug ha delectat petits i petites lectores i oients de jornades de contacontes.

Amb un text divertit i audaç que ens relata la història d'una malhumorada marieta com no n'hi ha d'altre! La marieta no diu ni gràcies, ni si us plau... i no li agrada compartir!

Una dolça història que convida a compartir i a explorar conceptes com el pas del temps, les mides i la bona educació.

'CHICKEN LICKEN'

DIVENDRES 20 DE SETEMBRE

Professional: l'escola d'anglès Helen Doron

Conte popular europeu sobre un pollet, *Chicken Licken*, que creu que el món arriba a la seva fi. La frase – *The Sky is falling!* té un lloc destacat en la història, i ha passat a la llengua anglesa com una frase feta que indica histèria o desastre imminent.

CICLE BARCELONA DISTRICTE CULTURAL



BARCELONA DISTRICTE CULTURAL

L'Institut de Cultura de Barcelona posa a l'abast de la ciutadania, i en centres de proximitat com són els centres cívics, una programació de companyies i grups de qualitat, *amateurs* en vies de consolidar-se i professionals, amb una varietat de llenguatges artístics.

No us perdeu l'oportunitat de viure aquests espectacles i connectar amb els i les artistes amb els quals podreu tenir una petita conversa en acabar l'espectacle.

'L'ENDRAPASOMNIS'

DIVENDRES 4 D'OCTUBRE

A les 18 h
Públic familiar

Al país de la Bona Son la princesa Dormissona no pot dormir perquè té malsons. Els seus pares, els reis, rumien, ho consulten amb el coixí, demanen consells a metges, herbolàries i xarlatans, però no troben cap remei que guareixi el mal de la petita princesa. Potser l'Endrapasomnis serà la solució...

Una història onírica i màgica que ens parla de la por, del valor terapèutic dels contes i de com busquem solucions ben lluny quan la resposta por ser dins de nosaltres mateixos.

ESPECTACLES I CONCERTS

G

ESPECTACLES I CONCERTS

UN HOMENATGE MUSICAL A “ LA DONA CATALANA ”

DIJOUS 19 DE SETEMBRE

A les 18.30 h

Professional: grup musical Arrelats

Als escrits de la història dels pobles catalans, s'ha presentat la dona com un personatge feble, passiu i que ha de ser salvat per l'home.

Ha arribat el moment de redescobrir i mostrar la veritable essència de la dona, aquella que va quedar oculta en les cançons tradicionals catalanes. Dones fortes, valentes, sensibles i creatives, que continuen amagades dins la nostra música popular i que avui a la fi seran alliberades, perquè les seves veus i les seves històries mai més siguin silenciades.

EXPOSICIONS

EXPOSICIONS

ARTIST@S DE “PERE QUART”

DEL 20 DE JUNY AL 17 DE JULIOL

Autoria: alumnes dels tallers de dibuix i pintura i de ceràmica del centre cívic.

L'ESTENEDOR A LA BIBLIOTECA MONTSERRAT

**DE L'1 DE JULIOL AL 15 DE
SETEMBRE**

Lloc: carrer dels Comtes de Bell-lloc, 192, 200

* En horari d'obertura de l'equipament
Autoria: Centre Cívic Joan Oliver “Pere Quart” i dissenyadors i dissenyadores participants en la convocatòria de l'Estenedor'19.

Amb el suport de la Biblioteca Montserrat Abelló de les Corts.

L'Estenedor, projecte impulsor de projectes de disseny de moda obert a persones emprenedores que volen potenciar la seva marca, és acollit per la biblioteca Montserrat Abelló del Districte de les Corts. Si vols conèixer quins són aquests estenedors, podràs veure'ls fins al 15 de setembre a la mateixa biblioteca.



Foto: CC Pere Quart

MOSTRES

G

MOSTRES

L'ESTENEDOR'19 A LA MOSTRA DE COMERÇ

DISSABTE 28 DE SETEMBRE

De 10 a 20 h

Organitza: l'Eix Comercial Sants-Les Corts



Foto: Aitor Rodero

SORTIDES CULTURALS

RUTA LA CATEDRAL DEL MAR

DIMECRES 18 DE SETEMBRE

Punt de trobada: 11 h a la plaça de Santa Maria, 7 (davant la façana principal)

Preu: 9,95 €

No és només un *best-seller*, una gran sèrie de televisió o una de les icones de Barcelona, és molt més. A través d'aquesta ruta ens endinsarem en la vida quotidiana de la població de la Barcelona medieval i, els edificis més curiosos.

Parlarem de les similituds amb la realitat a la novel·la. No et quedis sense descobrir els secrets de la Catedral del Mar.

ACTIVITATS GENT GRAN

G

ACTIVITATS GENT GRAN

Horari del casal
De dilluns a divendres de 10 a 14 h i de 16 a 20 h
Dissabtes i diumenges de 10 a 14 h

HAVANERES PER LA GENT GRAN

DIVENDRES 5 DE JULIOL

A les 17.30 h

Organitzat pel Casal de Gent Gran de Pere Quart

DIA INTERNACIONAL DE LA GENT GRAN: GRAN CAMINADA PER A LA GRAN GENT !

DIMARTS 1 D'OCTUBRE

A les 11 h

Organitzat pel Centre Cívic Joan Oliver "Pere Quart" i el Casal de Gent Gran de Pere Quart

SORTIDES CULTURALS

ENTITATS

ENTITATS

Associació de Veïns i Veïnes de les Corts Sud

Fa reunions periòdiques al centre per tractar diferents temàtiques de l'associació. 1r i 3r dimarts de cada mes de 20 a 21 h

Associació Catalana de la Síndrome de Fatiga Crònica

Treballen per la difusió i divulgació de l'SFC, així com per a la millora de la qualitat de vida, tant de la persona malalta com de la seva família. Cada dimarts de 16 a 18 h

TO Ariadna

Associació de pares i tutors de persones amb discapacitat intel·lectual, creada l'any 1994, amb la finalitat de millorar la qualitat de vida de les persones adultes amb discapacitat intel·lectual. Fan activitats físiques al centre. Dijous d'11 a 12 h

Club Esportiu Jeroni de Moragas

Grup de gimnàstica rítmica per a persones amb diversitat funcional. Assajos cada dimecres de 17.30 a 18.30 h

Centre d'Higiene Mental - CHM

L'associació Centre d'Higiene Mental de les Corts treballa aspectes relacionats amb els serveis socials i laborals, i les tuteles, sempre amb una visió integradora de la salut mental en la seva promoció i prevenció.

RESIDÈNCIES ARTÍSTIQUES

Klara Vallmajor Lluch i Miquel Oller Canet: grup artístic que treballa la mímica, la dansa, l'acrobàcia i el *clown*. Assajos cada dilluns de 19.30 a 22.30 h

ALTRES SERVEIS

Cia. A Contrarreloj: grup artístic amb treball dels diferents codis comunicatius inclusius. Assajos cada dilluns de 16 a 18 h i dimarts de 17 a 21 h

Colectivo del Otro: grup de teatre. Assajos cada dilluns i dimarts de 10 a 13 h

Cia. Generació Fàsmid: grup de teatre. Assajos cada divendres de 18.30 a 21.30 h

Sâmbara Beats: Grup de percussió. Assajos cada diumenge de 10 a 14 h

ALTRES SERVEIS

Sala d'exposicions i espais expositius

Un lloc dedicat als artistes. Si vols que tothom pugui gaudir del teu art, anima't i envia'ns la teva petició perquè puguem programar la teva exposició dins les activitats trimestrals del centre.

Cessió d'espais

Cessió d'espais a persones o grups i col·lectius interessats a fer trobades, conferències, festes, etcètera. Consulteu-ne els preus i les condicions.

Cuina adaptada

Prioritzen els projectes amb entitats i/o col·lectius de diversitat funcional o mobilitat reduïda.

Punt d'intercanvi de llibres

Compartim cultura intercanviant llibres. "Porta'ls" i canvia un llibre que tinguis a casa per un altre que no hagin llegit.

Taules participatives obertes per a la programació d'activitats

Si voleu fer propostes d'activitats per a la programació del trimestre següent, deixeu la vostra adreça electrònica a la recepció del centre i us informarem de les dates de les trobades.

Autoservei de begudes

Vestidors, armariets i dutxes
Barcelona Wi-Fi ciutadà

La programació pot patir canvis. Us recomanem que consulteu la nostra pàgina web o bé que ens truqueu per telèfon.



Foto: CC Pere Quart

JULIOL

Del 20 de juny al 17 de juliol	En horari d'obertura del centre	ARTIST@S DE "PERE QUART"	Exposició
De l'1 de juliol al 15 de setembre	En horari d'obertura del centre	L'ESTENEDOR A LA BIBLIOTECA MONTSERRAT	Exposició
Dilluns 1 de juliol	A les 18 h	ORXATES I 'SMOOTHIES' VEGETALS (ECO)	Càpsules de cuina
Dimarts 2 i 9 de juliol	A les 12 h	CUINA D'ESTIU	Càpsules de cuina
Dimecres 3 de juliol	A les 17 h	TÀRTARS I CARPACCIOS	Càpsules de cuina
Divendres 5 de juliol	A les 17.30 h	HAVANERES PER A LA GENT GRAN	Activitat Gent Gran
Dimecres 10 de juliol	A les 11 h	COM ENS IMAGINEM EL CONSUM DE CULTURA FUTUR	Creació grup motor
Dimecres 10 i 17 de juliol	A les 17 h	PASTISSOS I DOLÇOS FÀCILS	Càpsules de cuina
Dijous 11 de juliol	A les 18 h	PER QUÈ QUAN LLENCEM BROSSA A EUROPA AFECTA ELS ANIMALS MARINS DEL PACÍFIC?	Conferència sobre medi ambient en anglès
Divendres 12 de juliol	A les 18 h	'THE GROUCHY LADYBUG'	Contacontes en anglès



Foto: Aitor Rodera

AGENDA

SETEMBRE

Dijous 12 de setembre	A les 18 h	FENÒMENS CLIMÀTICS EXTREMS	Conferència sobre medi ambient en anglès
Dijous 12 i divendres 13 de setembre	A les 18 h	TEATRES PER PORTAR	Taller de creació
Divendres 13 i 20 de setembre	A les 17 h	ARROSSOS I FIDEUADA	Càpsules de cuina
Divendres 13 i 20 de setembre	A les 19.15 h	CUINA TAILANDESA	Càpsules de cuina
Dilluns 16 de setembre	A les 18 h	POSTRES SENSE FORN	Càpsules de cuina
Dilluns 16 de setembre	A les 18 h	ORGANITZACIÓ I PLANIFICACIÓ DE MENÚS SALUDABLES	Conferència
Dimarts 17 de setembre	A les 18 h	'ZOODLES' O ESPAGUETIS VEGETALS (ECO)	Càpsules de cuina
Dimarts 17 de setembre	A les 18.30 h	L'EXÈRCIT DE DONES DE LA BEL MUR "LA DONA DE PERE QUART"	Taller de creació
Dimarts 17 i dimecres 18 de setembre	A les 19 h	'TWITTERATURA'	Taller de creació
Dimecres 18 de setembre	A les 11 h	RUTA LA CATEDRAL DEL MAR	Sortida cultural
Dimecres 18 de setembre	A les 16 h	ENTRANTS, CREMES I SOPES FREDES	Càpsules de cuina
Dijous 19 de setembre	A les 18 h	HAMBURGUESES VEGETALS (ECO)	Càpsules de cuina
Dijous 19 de setembre	A les 18.30 h	UN HOMENATGE MUSICAL A LA DONA CATALANA	Espectacle
Divendres 20 de setembre	A les 18 h	'CHICKEN LICKEN'	Contacontes en anglès
Dissabte 28 de setembre	De 10 a 20 h	L'ESTENEDOR'19 LA MOSTRA	Mostra de comerç
Dimarts 1 d'octubre	A les 11 h	GRAN CAMINADA PER LA GRAN GENT	Activitat gent gran
Divendres 4 d'octubre	A les 18 h	'L'ENDRAPASOMNIS'	Espectacle familiar BDC



Foto: CC Pere Quart

MAPA

METRO: L5 Badal - L3 Les Corts
BUS: H8, 50, 54, 70, V3, D20, N2, N14
BICING: a 50 metres



ADREÇA

CENTRE CÍVIC JOAN OLIVER "PERE QUART"

C/ Comandant Benítez, 6

Tel.: 933 398 261

Web: ccperequart.com o bcn.cat/lescorts

A/e: perequart@lleuresport.cat

HORARIS

Horari de la recepció del Centre:

De dilluns a divendres de 9 a 14 i de 16 a 21 h

Horari d'obertura del Centre:

De dilluns a divendres de 9 a 23 h

Dissabtes i diumenges de 10 a 14 h

INFORMACIÓ ADDICIONAL



Adaptat per a persones amb mobilitat reduïda

PER A MÉS INFORMACIÓ

ajuntament.barcelona.cat/cccivics/perequart

A/e: perequart@lleuresport.cat

Facebook: Centre Cívic Joan

Oliver Pere Quart

twitter: @CCPere Quart

Districte de les Corts

@BCN_LesCorts