

**Centre Cívic Vallvidrera
Vázquez Montalbán**

ACTIVITATS I TALLERS CULTURALS

De setembre a desembre de 2019

Vallvidrera Vázquez Montalbán



**Ajuntament de
Barcelona**



El Centre Cívic Vallvidrera - Vázquez Montalbán és un equipament públic que recull i centralitza propostes culturals, associatives i ambientals del barri de Vallvidrera. Actualment ofereix tallers i activitats culturals per a tothom, a més d'un ampli ventall de serveis gratuïts com un espai infantil, una aula de creació tèxtil, una aula multimèdia i una aula ambiental.

ÍNDEX	
INSCRIPCIONS ALS TALLERS CULTURALS	2
TALLERS CULTURALS	3
HUMANITATS	3
EXPRESSIÓ I MOVIMENT	3
SALUT I CREIXEMENT PERSONAL	3
GENT GRAN	4
JOVES	4
INFANTS	4
ACTIVITATS CULTURALS	5
MEMORIAL MANUEL VÁZQUEZ MONTALBÁN	5
EXPOSICIONS	5
CICLE DE MÚSICA	6
ESPECTACLES FAMILIARS	6
SERVEIS	7
ACTIVITATS PER A INFANTS, ADOLESCENTS I JOVES	7
ESPAI MULTIMÈDIA	10
AULA OBERTA DE CREACIÓ PER A LA GENT GRAN	11
AULA AMBIENTAL	11
CAMINADES	11
XERRADES	12
ACTIVITATS A L'ESPAI INFANTIL	13
ALTRES SERVEIS	13
CALENDARI	14

INSCRIPCIONS

TALLERS CULTURALS

INSCRIPCIONS:

A partir del 2 de setembre, a les 16 h

INSCRIPCIONS PER INTERNET

A partir del 2 de setembre, a les 16 h

<https://ccvazquezmontalban.inscripcionscc.com>

INSCRIPCIONS AL CENTRE

A partir del 2 de setembre, a les 16 h

Dimarts i dimecres, de 10 a 14 h, i de dilluns a divendres, de 16 a 21 h
El pagament dels cursos es farà mitjançant targeta de crèdit o en efectiu en el moment de la inscripció. En cas de donar-se de baixa un cop iniciat el període d'activitats no se'n farà cap devolució. El centre es reserva el dret de suspendre les activitats i fer la devolució de l'import si no es té un nombre mínim de persones inscrites o per raons que es creguin oportunes. Reducció dels imports als cursos: informeu-vos-en al centre.

N Identificareu els tallers nous amb aquest símbol

HUMANITATS

PASSEJADES PER LA BARCELONA MÉS DESCONEGUDA

Dijous, de 17 a 19 h
Del 3 d'octubre
al 7 de novembre
Preu: 38,62 €

Durant aquest curs passejarem per la Barcelona més desconeguda, aquella que no apareix a les guies i que sovint passa desapercebuda. A través de sis rutes temàtiques, descobrirem els racons secrets de la ciutat des d'un punt de vista diferent.
A càrrec d'Alba Casaramona

EXPRESSIÓ I MOVIMENT

ZUMBA FUSIÓ

Dimarts, de 20 a 21.30 h
De l'1 d'octubre al
19 de novembre
Divendres, de 19.30 a 21 h
Del 27 de setembre
al 22 de novembre
Preu: 38,62 €

A càrrec de Judit Belenguer

RECURSOS

BRIDGE I POOL. DIDÀCTICA

N

Dijous, de 17 a 18.30 h
Del 3 d'octubre al
21 de novembre
Preu: 38,62 €

Joc de cartes que estimula la memòria de manera pràctica i amena tot jugant-hi des del primer dia.
A càrrec d'Àngel Cobas, de Promobridge

SALUT I CREIXEMENT PERSONAL

AIR CAMP - ENTRENAMENT PERSONAL

Dimecres, de 19 a 20 h
Del 2 d'octubre al

20 de novembre
Preu: 25,75 €

Entrenament personal en els espais que ens envolten per millorar la resistència i la força. Tonifica i agilitza les estructures corporals de forma eficaç i motivant.
A càrrec d'Air Active

HIPOPRESSIUS

Dimecres, de 20 a 21 h
Del 2 d'octubre al
20 de novembre
Preu: 25,75 €

Programa específic per tonificar el cos i treballar el sòl pelvià amb exercicis hipopressius.
A càrrec d'Air Active

TAITXITXUAN- TXIKUNG

Dilluns, de 19 a 20 h
Del 30 de setembre
al 18 de novembre
Preu: 25,75 €

Disciplina marcial en la qual s'aprèn a canalitzar l'energia, millorar la respiració i desenvolupar el to muscular a través de moviments lents i respiració realitzats de forma contínua.
A càrrec d'Acció Sant Martí

MILLORA EL DIA A DIA AMB MINDFULNESS

Dilluns, de 20 a 21 h
Del 30 de setembre
al 18 de novembre
Preu: 25,75 €

El curs està pensat tant per a persones que s'inicien en el coneixement de la relaxació, la meditació i l'autoconeixement, com per a aquelles que ja tenen alguna experiència prèvia en aquest camp.
Al llarg del curs anirem del més físic (la respiració i el cos) al més íntim i personal (els pensaments i les emocions), finalitzarem amb les relacions amb les altres persones.
A càrrec de Carles Guillamón

ESTIRAMENTS

Dijous, de 19.30 a 20.30 h

TALLERS CULTURALS

**Del 3 d'octubre al
21 de novembre**
Preu: 25,75 €

A càrrec de Viviane Calvitti

IOGUILATES

Dimecres, de 10 a 11.30 h
**Del 2 d'octubre al
20 de novembre**
Preu: 38,62 €

Enforteix, flexibilitza i tonifica tota la musculatura corporal, afina i reforça la zona abdominal mitjançant exercicis relaxats. Alinea les articulacions i corregeix els mals hàbits posturals.

A càrrec de Lucrecia Guio

IOGA

Dilluns, de 17.30 a 19 h
**Del 30 de setembre
al 18 de novembre**
Preu: 38,62 €

A càrrec de Lina Mariño

PILATES

Dimarts, de 18.30 a 20 h
**De l'1 d'octubre al
19 de novembre**
Preu: 38,62 €

A càrrec d'Air Active

Dijous, de 20.30 a 21.30 h
**Del 3 d'octubre al
21 de novembre**
Preu: 25,75 €

A càrrec de Lucrecia Guio



TALLERS PER A GENT GRAN

IOGA PER A GENT GRAN

Dimarts, de 10.30 a 12 h
**De l'1 d'octubre al
19 de novembre**

Preu: 38,62 €

A càrrec de Lina Mariño

ACTIVA'T A PARTIR DELS 60

N

Dimecres, de 11.30 a 12.30 h
**Del 2 d'octubre al
20 de novembre**
Preu: 25,75 €

Activa't de manera suau amb estiraments i elements del ioga i el pilates, un taller per a majors de 60 on, a partir de diferents tècniques de respiració conscient, flexibilitzarem i tonificarem el nostre cos dins dels límits de cadascú.

A càrrec de Lucrecia Guio Leiman

TALLERS PER A JOVES

TÈCNiques ANTIESTRÈS

N

**Per a joves a partir
de 16 anys**
Dimecres, de 18 a 19 h
**Del 2 d'octubre al
20 de novembre**
Preu: 25,75 €

Et sents carregat pels estudis, per la pressió social, tens pors i inseguretats? En aquest taller aprendràs tècniques de relaxació, meditació i exercicis on la connexió entre tots els participants farà que vegis les coses de manera diferent.

A càrrec d'Albert Colomer i Llobet

TALLERS PER A INFANTS

KARATE-DO

Divendres, de 17.15 a 18.45 h
**Del 27 de setembre
al 22 de novembre**
Preu: 38,62 €

El Karate - Do és una disciplina marcial d'origen japonès que treballarem com una eina més en la formació dels nens i nenes. El practicarem de manera tradicional, això vol dir que la vessant de competició no la tractarem. Per a nens i nenes a partir de 5 anys.

A càrrec de Karate Club Acció Sant Martí

MEMORIAL VÁZQUEZ MONTALBÁN A VALLVIDRERA

**VI CONCURS DE RELATS
MANUEL VÁZQUEZ
MONTALBÁN A
VALLVIDRERA**

El Centre Cívic Vallvidrera Vázquez Montalbán i la Biblioteca Collserola - Josep Miracle us conviden a participar en el 6è Concurs de Relats Curts de Novel·la Negra amb la temàtica sobre el franquisme. El termini d'admissió dels relats conclourà el divendres 15 de novembre del 2019 a les 20 h. Consulteu les bases a: bcn.cat/ccvazquezmontalban. *Hi col·labora l'Escola d'Escritura Ateneu Barcelonès.*

**EXPOSICIÓ: "VINYETES:
HISTÒRIA DEL CÒMIC EN
CATALÀ"**

De l'1 al 31 d'octubre

*Veure informació a l'apartat
Exposicions.*

**ACTE D'HOMENATGE A
MVM I LLIURAMENT DEL
PREMI DEL VI CONCURS
DE RELATS**

**Dimecres, 4 de desembre, a
les 19 h**

Entrega dels premis del 6è
Concurs de Relats Curts de
Novel·la Negra.

Per a més informació consulteu
la programació específica

EXPOSICIONS

"LA LLAUNA (1980-2000)"

Del 6 al 27 de setembre

Exposició sobre l'antic local de l'associació de veïns, popularment anomenat la Llauna, amb informació sobre tot el que va envoltar la construcció del local (reivindicacions, permisos, finançament i obra) i les activitats que s'hi van dur a terme durant els seus vint anys d'existència. El local va ser la llavor de l'actual centre cívic. Ampliat amb fotografies d'Antoni Bernard. Ho organitzen La Vall de Vidre i l'Associació de Veïns de Vallvidrera, amb la col·laboració de veïns, entitats i administracions.

**"VINYETES: HISTÒRIA DEL
CÒMIC EN CATALÀ"**

De l'1 al 31 d'octubre

Breu recorregut per la història del còmic en la nostra llengua i alhora posa de manifest les principals activitats i tendències del moment. La iniciativa forma part de

la campanya del CNL de Barcelona **Uaaaaaaaau... iuhu, pataplaf! Còmic en català** que té per objectius donar a conèixer i fer visible els còmics que s'editen en català per fomentar-ne el consum i, alhora, animar les indústries culturals i les editorials a consolidar-ne i ampliar-ne les edicions, videojocs i audiovisuals. *A càrrec del Centre de Normalització Lingüística de Barcelona*

**"IMATGES, ASPECTES I
VISIONS DE DONA"**

De l'1 al 29 de novembre



En diferents tècniques, des del dibuix amb llapis i carbonet als treballs de monotips amb planxes de gelatina, pintura acrílica i tècnica mixta, l'exposició de Meggi Pujols mostra una àmplia interpretació diversa de la imatge de la dona. Des

ACTIVITATS CULTURALS

d'un estil figuratiu fins a la més moderna i abstracta forma d'expressió. La temàtica va des de la dona com a icona de bellesa a la interpretació psicològica de la situació de la dona.

El fet de trobar-se atrapada entre les seves obligacions vers la família, la feina i les seves pròpies necessitats.

A càrrec de Meggi Pujols

CICLE DE MÚSICA

A la tardor, seguim amb els concerts al centre cívic. Bona música i de qualitat, en un entorn privilegiat com és el parc de Collserola.

LIA SAMPAL I ADRIÀ PAGÈS

Dissabte, 28 de setembre, a les 12.30 h

Lia Sampal, acompanyada del guitarrista Adrià Pagès, presenta *La fada ignorant*, el seu primer treball, cançons que ens arriben de la mà d'una guitarra i un calaix de vivències que es tornen veu. Senzillesa i intimitat són els ingredients bàsics de Sampal, desitjosa de tornar a les arrels i a l'autenticitat. La seva és una cançó purament mediterrània i neix a la vora del riu Ebre.



GOSTO BCN

Dissabte, 19 d'octubre, a les 12.30 h

Gosto significa per als algerians "estar a gust amb qui et rodeja", passar una bona vetllada amb els amics, i aquest trio no podia trobar un altre nom per a aquest nou projecte. Ritmes i melodies que ens faran viatjar a una altra època! Formació: Hakim Zamoum, veu i bandir; Pau Rosselló Espuny, baix; Angel Armenteros, guitarres.



CLÀSSICS DE VALLVIDRERA

Dissabte, 9 de novembre, a les 12.30h

L'Orquestra, sota la direcció d'Àngel Villagrasa, ens presentarà un repertori enfocat en la música barroca, romàntica i del s. XX, amb obres de Purcell, Bach, Schubert, Kurt Weill i Warlock. Direcció a càrrec d'Àngel Villagrasa.

COR DEL BOSC DE VALLVIDRERA

Dissabte, 30 de novembre, a les 12.30 h

El cor del bosc de Vallvidrera ha nascut de la il·lusió. Amb ganes de formar un grup coral per experimentar i gaudir de la música. És un grup en procés de construcció constant i això és el que pretenen. Direcció a càrrec de Sergi Boqué



ESPECTACLES FAMILIARS

CONCERT INFANTIL DE FESTA MAJOR AMB THE PINKER TONES - Música

Dissabte, 7 setembre, a les 18.30 h

Berto Romero va dir del seu

disc Flor & Roll que és el Sgt. Pepper's dels disc infantils. *Activitat inclosa dins dels actes de Festa Major de Vallvidrera. Coorganitzat amb l'AVV Vallvidrera*

TARDA INFANTIL DE FESTA MAJOR - Animació

Divendres, 13 de setembre, a les 17 h

Decorarem plafons amb els autoretrats dels infants de Vallvidrera, experimentarem amb el grafit i farem ballar i volar bombolles de sabó gegants. Apte per a tots els públics.
Activitat inclosa dins dels actes de Festa Major de Vallvidrera

JOAN SENSE POR - Titelles

Divendres, 18 d'octubre, a les 17.30 h

De la mà d'un dels contes més coneguts dels germans Grimm parlarem d'una cosa que tots tenim: por. Què és la por? Quines diferències hi ha entre la prudència, la valentia i la temeritat? És bo sentir por? I els monstres, en tenen de por? Doncs en Joan no sap què és la por... La busquem? Agafa la maleta i acompanya en Joan en un viatge ple de diables de foc, fantasmes de pirates i monstres terribles.

A càrrec de Cia. Més Tumàcat



EL VIATGE MÉS BONIC DEL MÓN - Titelles

Divendres, 29 de novembre, a les 17.30 h

Voleu conèixer la història de tres taques de colors que s'escapen del taller d'un pintor? El Viatge Més Bonic del Món és un espectacle infantil on es barreja el teatre visual i de titelles creant un món màgic on tots els infants s'hi poden submergir. La Boia Teatre en acabar l'espectacle sempre apropa els titelles i l'escenografia feta completament a mà als nens i nenes.

A càrrec de La Boia Teatre



SERVEIS

ACTIVITATS PER A INFANTS I JOVES

PROGRAMACIÓ DE L'ESPAI INFANTIL

XERRADES PER A FAMÍLIES

Espai de trobada per intercanviar experiències i recursos amb l'objectiu de fomentar la cohesió i construir entre tots alternatives per dur a terme la gran tasca de ser pares. Hi haurà servei de cura d'infants durant la xerrada.

Parlarem de la importància de parlar de la mort i la pèrdua amb els nostres fills/es, de la necessitat de comunicació al voltant d'aquest concepte que es donarà al llarg de la seva vida. Relacionarem recursos útils per parlar de la mort i la pèrdua amb els nostres fills/es i com sempre obrirem un espai per expressar els nostres neguits al respecte.

A càrrec d'Alexandra Marin, psicòloga sanitària i Psicoterapeuta

ELABORACIÓ DEL DOL I LA PÈRDUA EN ELS INFANTS I JOVES

Dijous, 26 de setembre, a les 17.30 h

MENUTS (0-3 ANYS)

Dimarts i dimecres, de 10 a 14 h

Oferim un lloc de relació per a

SERVEIS

totes aquelles famílies que tinguin fills/es de 0-3 anys, espai de trobada i autogestió.

Dilluns i dimecres, de 17 a 19.30 h

Podreu gaudir de les diferents propostes de jocs, així com realitzar diferents tipus d'activitats amb material diversificat i adequat a les característiques dels més petits. Els infants cal que vinguin acompanyats d'un adult i els dimecres hi podeu venir amb els germans grans.

Activitats puntuals a les 17.15 h

Benvinguda tardor. Sensorial Dilluns, 30 de setembre

Els més menuts podran experimentar sensacions a partir del contacte que els elements de la tardor ens ofereix.

Taller de panellets. Sensorial Dilluns, 28 d'octubre

Els més petits de la casa es convertiran en petits xefs, on podran preparar els panellets de tota la vida.

Ombres i llums. Sensorial Dilluns, 25 de novembre

Crea la teva petjada. Sensorial Dilluns, 16 de desembre

Jugarem a deixar la nostra petjada i crearem un record per Nadal.

MITJANS (4-8 ANYS)

Dimarts, dijous i divendres, de 17 a 19.30 h

Espai lúdic i de relació per a nens i nenes de 4 a 8 anys on tenen la possibilitat de compartir el seu temps d'oci mitjançant jocs, tallers i activitats.

Activitats puntuals a les 17.15 h

Exposició: "Pintem amb la natura"

Del 6 al 27 de setembre

Exposició fruit del taller pintant amb materials naturals amb menuts i mitjans de l'espai infantil del Centre Cívic Vallvidrera-Vázquez Montalbán i del Casal de Barri Can Rectoret.

Ideem el nostre hort. Activitat familiar

Divendres, 27 de setembre, a les 17.15 h

Podrem gaudir d'una tarda amb família a l'hort on pensarem i idearem com volem que sigui i què hi volem plantar. En col·laboració amb Aspasim.

Hotel d'insectes. Aula ambiental. En col·laboració amb Aspasim.

Dijous, 3 d'octubre, a les 17.15 h

Plantem les nostres primeres llavors. Aula ambiental

Dimarts, 8 d'octubre, a les 17.15 h

Per primera vegada de molts, esbrinarem quins passos hem de seguir per plantar les llavors i engegar el nostre hort. En col·laboració amb Aspasim.

Pots de vidre. Experimentació

Dijous, 10 d'octubre, a les 17.15 h

Reutilitzarem envasos de vidre que no utilitzem per fer espelmes de tardor.

Super V en acció. Aula ambiental

Divendres, 11 d'octubre, a les 17.15h

Tornem a sortir a recollir les deixalles al bosc dels voltants del centre cívic per prevenir possibles incendis.

Taller de galetes terrorífiques. Experimentació

Dimarts, 29 d'octubre, a les 17.15 h

Els xefs es posen en marxa per preparar galetes terrorífiques.

Taller d'espantaocells. Aula ambiental

Dimarts, 5 de novembre, a les 17.15h

Creació d'espantaocells amb elements reciclats. En col·laboració amb Aspasim.

Decoració de la nostra foto. Experimentació

Dijous, 7 de novembre, a les 17.15h

Crearem un paisatge que ens recordi l'hivern, a partir d'una imatge nostra.

Calendari d'advent solidari

Dimarts, 12 de novembre, a les 17.15 h

Tornem a participar en la creació de calendaris d'advent per a persones amb pluri discapacitat,

persones de la tercera edat, nenes i famílies sense recursos i a col·lectius en risc d'exclusió. Activitat a càrrec d'AIS, Ajuda a la Infància Sense Recursos.

Taller de creació de calendari d'advent. Experimentació

Dijous, 21 de novembre, a les 17.15 h

Creació del calendari d'advent per a l'espai infantil.

Els protagonistes són ells.

Experimentació

Dijous, 28 de novembre i dimarts, 17 de desembre, a les 17.15 h

S'encarregaran de transmetre que decideixin i escullin el taller que més els hagi agradat, el podran explicar i fer aquella tarda.

Expressió amb fang.

Experimentació.

Dimarts, 3 de desembre, a les 17.15 h

Crearem garlandes a través de l'expressió amb fang.

ACTIVITATS PER A ADOLESCENTS

Els dimarts i divendres, de 17 a 19.30 h

Espai lúdic i de relació per a nens i nenes a partir de 9 anys on, de la mà d'una dinamitzadora, podran compartir el seu temps d'oci, així com realitzar tallers, jocs i activitats adequades a les seves característiques i interessos.

Torneig de ping-pong i Wii

Divendres, 20 de setembre, a les 17.15 h

Vine a demostrar tot el que saps al torneig de ping-pong i Wii.

Creació de fanalets

Divendres, 4 d'octubre, a les 17.15 h

Utilitzarem diferents materials i tècniques per crear fanalets de tardor.

Plantem les nostres primeres llavors. Aula ambiental

Dimarts, 8 d'octubre, a les 17.15 h

Per primera vegada de molts, esbrinarem quins passos hem de seguir per plantar les llavors i engegar el nostre hort. En col·laboració amb Aspasim.

Taller de caracterització

Divendres, 25 d'octubre, a les 17.15 h

Taller de maquillatge terrorífic.

Taller d'espantaocells. Aula ambiental

Dimarts, 5 de novembre, a les 17.15 h

Creació d'espantaocells amb elements reciclats. En col·laboració amb Aspasim.

Calendari d'advent solidari.

Dimarts, 12 de novembre, a les 17.15h

Tornem a participar en la creació de calendaris d'advent per a persones amb pluri discapacitat, persones de la tercera edat, nenes i famílies sense recursos i a col·lectius en risc d'exclusió. Activitat a càrrec d'AIS, Ajuda a la Infància Sense Recursos.

Menjadors d'ocells. Aula ambiental

Divendres, 13 de desembre, a les 17.15 h

Crearem menjadors d'ocells a partir de material reciclat.

La resta de dies es realitzaran activitats de joc lliure.

ACTIVITATS PER A JOVES

TALLERS "SUPERANT LA CIÈNCIA FICCIÓ. ON ANEM?"

Casa't, hipoteca't, consumeix, crisi climàtica, econòmica, de valors, inflació, desforestació... Cap on anem? Vine a compartir i explorar què penses del futur, del teu futur, de què t'agradaria fer, de què podem fer, de qui ets i qui vols ser, d'on ens porta tot això. En aquest cicle de quatre xerrades-taller tractarem, a través de vídeos, dinàmiques i diàlegs, temes com la sostenibilitat, el futur personal i de la nostra societat o la identitat. Activitats gratuïtes. Cal inscripció prèvia a cada sessió.

A càrrec de Carlos Hernández Sánchez, de Reflexes SCCL

SERVEIS

IDENTITAT

Dijous, 10 d'octubre, de 18.30 a 20 h

Per a joves de 12 a 16 anys
I tu, qui ets? Ets la música que escoltes? La roba que portes? Les notes que treus? Ets com t'ha educat la teva família? Ets el barri on vius? Vine a compartir i explorar quines són les parts que conformen la teva identitat, per a saber millor qui ets o, més important, qui vols ser.

SOSTENIBILITAT

Dijous, 24 d'octubre, de 18.30 a 20 h

Per a joves de 12 a 16 anys
Inundacions, tempestes, desforestació, desertificació, canvi climàtic, crisi alimentària... Diuen que el món explota. Què podem fer? Vine a compartir els teus neguits, a debatre sobre el futur del nostre planeta, a proposar solucions i a plantar la teva llavor.

SOSTENIBILITAT

Dijous, 7 de novembre, de 19 a 20.30 h

Per a joves a partir de 16 anys
Vine a compartir els teus neguits, a debatre sobre el futur del nos-

tre planeta, a proposar solucions i a plantar la teva llavor.

FUTUR

Dijous, 21 de novembre, de 19 a 20.30 h

Per a joves a partir de 16 anys
"Tu has de ser metge, com el teu pare" "Com vols dedicar-te a l'art? D'això no es pot viure!" "Has de ser realista" "Mai arribaràs a ser res". Farta de sentir aquestes frases? Vine a compartir i explorar els teus neguits, aspiracions i somnis. On t'agradaria viure? A què t'agradaria dedicar-te? És possible aconseguir-ho? Construeix el teu futur!

TALLER D'AUTODEFENSA PER A DONES

Dimarts, 26 de novembre, 16 h

Per a dones a partir de 18 anys
Amb aquest taller es vol potenciar la seguretat física i emocional a través de l'augment de la presa de consciència de l'espai, de la postura, de la comunicació verbal i no verbal, com a eines de les dones.
A càrrec del Punt d'Informació i Atenció a les Dones (PIAD)

ESPAI MULTIMÈDIA

Activitats gratuïtes

AUTOSERVEI

De dilluns a divendres, a partir de les 19 h; dimarts, de 10 a 14 h, i dimecres, d'11.30 a 14 h

Tenim vuit ordinadors amb Windows i programari lliure perquè els utilitzis. Si necessites algun programa lliure per treballar, digue'ns-ho i l'instal·larem.

SERVEI DE CONSULTA

De dilluns a divendres, a partir de les 19 h; dimarts, de 10 a 14 h, i dimecres, d'11.30 a 14 h

Necessites passar les fotos del mòbil a l'ordinador? Et perds a les xarxes socials? Vols crear-te un perfil a LinkedIn? Si tens aquests o altres dubtes sobre noves tecnologies, demana hora i t'ajudarem.

TALLERS A L'AULA MULTIMÈDIA PER A LA GENT GRAN

INICIACIÓ A LES TAULETES I TELÈFONS INTEL·LIGENTS

Dimecres, 18 de setembre, de 10 a 12 h

ENDINSEM-NOS EN EL PROGRAMARI LLIURE

Dimecres, 25 de setembre, de 10 a 12 h

Ens iniciarem en diferents programes lliures per descobrir la seva varietat.

OPENOFFICE WRITER

Dimecres, 2 d'octubre, de 10 a 12 h

Ens iniciarem en el programa per crear documents.

OPENOFFICE CALC

Dimecres, 16 d'octubre, de 10 a 12 h

Farem les primeres passes en el món dels fulls de càlcul.

OPENOFFICE IMPRESS

Dimenes, 30 d'octubre, de 10 a 12 h

Amb aquest programa gratuït crearem presentacions molt interessants.

OPENSOT VIDEO EDITOR

Dimenes, 13 de novembre, de 10 a 12 h

Coneixerem un programa d'edició de vídeo senzill i gratuït.

CÀPSULES MULTIMÈDIA PER A INFANTS I JOVES**PER A INFANTS****Absorbit**

Divendres, 4 d'octubre, de 17.15 a 18.15 h

Caixes, barrils i pedra, hauràs de remoure-ho tot per passar de nivell.

Canvia de forma

Divendres, 25 d'octubre, de 17.15 a 18.15 h

Resoldrem diferents trenca-closques mentre vivim una aventura.

Jocs d'arreu del món

Divendres, 15 de novembre, de 17.15 a 18.15 h

Descobrirem altres cultures mitjançant els seus jocs.

PER A JOVES**Dibuixos animats**

Divendres, 11 d'octubre, de 17.15 a 18.15 h

Crearem uns dibuixos animats senzills amb les tauletes.

Crea la teua cançó!

Divendres, 8 de novembre, de 17.15 a 18.15 h

Farem cançons amb diferents instruments i l'Audacity.

Jocs d'arreu del món

Divendres, 15 de novembre, de 17.15 a 18.15 h

Descobrirem altres cultures mitjançant els seus jocs.

AULA OBERTA DE CREACIÓ PER A LA GENT GRAN**Activitat gratuïta**

Els dimarts, de l'1 d'octubre al 19 de novembre, de 10.30 a 12.30 h

Espai obert i gratuït on de la mà d'una tallerista podreu realitzar les vostres creacions: puntes de coixí, patchwork..., mentre gaudiu d'una bona tertúlia.

AULA AMBIENTAL

Servei d'educació i informació ambiental del districte de Sarrià - Sant Gervasi. Situat al Centre Cívic Vallvidrera - Vázquez Montalbán, al cor de Collserola, que ofereix serveis i recursos dirigits a la ciutadania per fomentar la cultura de la sostenibilitat.

Activitats gratuïtes. Cal inscripció prèvia a partir 2 de setembre a les 16 h, presencialment o per Internet a: <https://ccvazquezmontalban>.

ON TENIM AILANTS A VALLVIDRERA? VOLS COL-LABORAR AMB NOSALTRES?

Dissabte, 23 de novembre, de 10 a 14 h

T'agradaria col·laborar amb el parc i fer una acció al teu barri? Anirem porta a porta per Vallvidrera per localitzar els ailants de les parcel·les privades i sensibilitzar el veïnat de la problemàtica que suposen les plantes exòtiques invaso-

res. Amb la col·laboració del Consorci del Parc Natural de la Serra de Collserola

CAMINADES**DESCOBRIM VALLVIDRERA, PATRIMONI I PAISATGE**

Dissabte, 12 d'octubre, a les 10 h

Passejarem per l'antic poble de Vallvidrera i les seves rodalies, descobrint el seu patrimoni

SERVEIS

cultural i natural.

Activitat inclosa en les Jornades Europees de Patrimoni, Generalitat de Catalunya, Departament de Cultura. Amb la col·laboració del Consorci del Parc Natural de la Serra de Collserola
A càrrec de Carolina Chifoni, historiadora de l'art

LES FONTS I EL CASINO DE L'ARRABASSADA

Dissabte, 26 d'octubre, a les 10 h

Des de Vallvidrera pujarem cap a la Torre de Collserola, la font del Canet, el coll de la Vinassa. Iniciarem el descens fins a la carretera de l'Arrabassada, les fonts de Can Ribes i de l'Arrabassada. Descobrirem les ruïnes del Casino, per acabar l'itinerari a Vil·la Joana.
A càrrec de Joan Solé, de Rода, Projectes Educatius i Ambientals

QUINS ARBRES FAN ELS BOSCOS DE VALLVIDRERA? DE LES CLAUS D'IDENTIFICACIÓ A LES APP MÒBILS

Dissabte, 9 de novembre, a les 10 h

Descobrim el món dels arbres a través de les seves fulles, el seu tronc i els seus fruits. De les claus dicotòmiques per identificar les espècies i entendre les formes dels arbres, a les guies amb imatges, en paper i ara també aplicacions mòbils.
A càrrec de Patrícia Rovira, biòloga, educadora ambiental i especialitzada en sostenibilitat

CICLE DE XERRADES: SALUT, CONSUM I ALIMENTACIÓ

ETIQUETATGE NUTRICIONAL

Dimarts, 8 d'octubre, a les 18 h

Partint dels nutrients bàsics dels aliments, s'estudia com cal visualitzar-los en l'etiquetatge dels productes, valorant quantitats, necessitats bàsiques diàries, al·lèrgens, etc. Activitat interactiva.
A càrrec de la CUS (Coordinadora d'Usuaris de la Sanitat).

DETECCIÓ DEL CÀNCER DE MAMA

Dimarts, 15 d'octubre, a les 17.30 h

A càrrec del CAP Vallvidrera

LA SEGURETAT DELS ALIMENTS A LA LLAR

Dimarts, 22 d'octubre, a les 18 h

Normes bàsiques de seguretat alimentària un cop tenim els aliments a casa, parlarem de com els conservem tant si són crus com cuinats o congelats. Activitat interactiva.
A càrrec de la CUS (Coordinadora d'Usuaris de la Sanitat).

XERRADA: RISC I SEGURETAT A LA MUNTANYA

Dimarts, 5 de novembre, a les 18 h

Parlarem de com actuar en cas d'accident a la muntanya. Aprenem com funcionen els rescats d'alta muntanya i quins són els consells bàsics per prevenir qualsevol tipus d'accident.
A càrrec de Jordi Agustí, Grup Muntanyenc de Vallvidrera

CICLE DE CINEMA AMBIENTAL CLAQUETA I ACCIÓ

Claqueta i Acció és un cicle que neix de la col·laboració entre el Festival Internacional de Medi Ambient (FICMA) i l'Ajuntament de Barcelona, amb la voluntat d'apropar a la ciutadania el debat sobre la sostenibilitat a partir del visionat de documentals que ens conviden a la reflexió. Dinamització a càrrec d'Oriol Porcel.

CANVI CLIMÀTIC I MOBILITAT SOSTENIBLE

Dimarts, 12 de novembre, a les 18.30 h

LA BALENA FRANCA I GIFTS OF SILVER

Dimarts, 26 de novembre, a les 18.30 h

DIA INTERNACIONAL DE LA DONA RURAL

Dijous, 17 d'octubre, a les 18 h

TAULA RODONA a càrrec de l'Associació Arran de Terra, amb la participació del Centre de Documentació i Recursos educatius del parc de Collserola i Gemma Correcher (Can Bofill, Molins de Rei) i Ana Estruch (Can Batzachs, Papiol). Ser dona i pagesa a Collserola: una mirada des de l'agroecologia

ACTIVITATS PUNTUALS A L'ESPAI INFANTIL

Exposició: "Pintem amb la natura"
Del 6 al 27 de setembre

Ideem el nostre hort
Divendres, 27 setembre, a les 17.15 h

Hotel d'insectes. Aula ambiental
Dijous, 3 d'octubre, a les 17.15 h

Plantem les nostres primeres llavors
Dimarts, 8 d'octubre, a les 17.15 h

Super V en acció
Divendres, 11 d'octubre, a les 17.15 h

Taller d'espantaocells
Dimarts, 5 de novembre, a les 17.15 h

Intercanvi de roba i joguines
Divendres, 15 de novembre, a les 17.30 h i dissabte, 16 de novembre a les 10.30 h

Menjadors d'ocells
Divendres, 13 de desembre, a les 17.15 h

ALTRES SERVEIS

ESPAI INFANTIL

ESPAI D'ADOLESCENTS I JOVES

ESPAI MULTIMÈDIA

AULA DE CREACIÓ PER A LA GENT GRAN

PUNT WI-FI

BOOKCROSSING (INTERCANVI DE LLIBRES)

PUNT VERD

CESSIÓ I/O LLOGUER D'ESPAIS

CÍVIC BAR

CALAIX DE LES ENTITATS

FESTA MAJOR DE VALLVIDRERA

Del 30 d'agost al 15 de setembre

facebook.com/Vallvidrera

ELS PASTORETS DE VALLVIDRERA

Representacions: 13, 14, 15, 18, 20, 21, 22 de desembre
Per a més informació:
elspastoretsdevallvidrera.cat

GRUPS QUE FAN ÚS DEL CENTRE REGULARMENT

Associació de Veïns de Vallvidrera, Els Clàssics de Vallvidrera, Coral Collserola, Cor del bosc, La Vall de Vidre, Cooperativa Can Pujades, Plataforma cívica per la Defensa de Collserola, Cia. Fontmontina de Comèdia, Els Pastorets de Vallvidrera, Associació Cultural Mercat de Vallvidrera, Associació Collserola Verda, Gmc Grup Muntanyenc Collserola, AMPA CEIP Nabí, AMPA EBM La Puput.

CALENDARI

SETEMBRE

Del 6 al 27		EXPOSICIÓ "PINTEM AMB LA NATURA"
Del 6 al 27		EXPOSICIÓ "LA LLAUNA"
DS. 7	18.30 h	CONCERT INFANTIL DE FESTA MAJOR AMB THE PINKER TONES
DX. 18	10 h	MULTIMÈDIA. INICIACIÓ A LES TAULETES I TELÈFONS INTEL·LIGENTS
DX. 25	10 h	MULTIMÈDIA. ENDINSEM-NOS EN EL PROGRAMARI LLIURE
DJ. 26	17.30 h	XERRADA: "ELABORACIÓ DEL DOL I LA PÈRDUA EN ELS INFANTS"
DS. 28	12.30 h	CICLE DE MÚSICA: LIA SAMPAI I ADRIÀ PAGÈS

OCTUBRE

DE L'1 AL 31		EXPOSICIÓ "VINYETES: HISTÒRIA DEL CÒMIC EN CATALÀ"
DX. 2	10 h	MULTIMÈDIA. OPENOFFICE WRITER
DM. 8	18 h	XERRADA: SALUT, CONSUM I ALIMENTACIÓ: "ETIQUETATGE NUTRICIONAL"
DJ. 10	18.30 h	TALLER PER A JOVES "SUPERANT LA CIÈNCIA FICCIÓ. ON ANEM?"
DS. 12	10 h	CAMINADA: DESCOBRIM VALLVIDRERA, PATRIMONI I PAISATGE
DM. 15	17.30 h	XERRADA: "DETECCIÓ DEL CÀNCER DE MAMA"
DX. 16	10 h	MULTIMÈDIA. OPENOFFICE CALC
DJ. 17	17 h	TAULA RODONA "SER DONA I PAGESA A COLLSEROLA"
DV. 18	17.30 h	ESPECTACLE FAMILIAR "JOAN SENSE POR"
DS. 19	12.30 h	CICLE DE MÚSICA: GOSTO BCN
DM. 22	18 h	XERRADA: SALUT, CONSUM I ALIMENTACIÓ: "LA SEGURETAT DELS ALIMENTS A LA LLAR"
DJ. 24	18.30 h	TALLER PER A JOVES "SUPERANT LA CIÈNCIA FICCIÓ. ON ANEM?"
DS. 26	10 h	CAMINADA: LES FONTS I EL CASINO DE L'ARRABASSADA
DX.30	10 h	MULTIMÈDIA. OPENOFFICE IMPRESS

NOVEMBRE

DE L'1 AL 29		EXPOSICIÓ "IMATGES, ASPECTES I VISIONS DE DONA"
DM.5	18 h	XERRADA: "RISC I SEGURETAT A LA MUNTANYA"
DJ. 7	19 h	TALLER PER A JOVES "SUPERANT LA CIÈNCIA FICCIÓ. ON ANEM?"
DS. 9	12.30 h	CICLE DE MÚSICA : CLÀSSICS DE VALLVIDRERA
DS. 9	10 h	QUINS ARBRES FAN ELS BOSCOS DE VALLVIDRERA?
DM. 12	18.30 h	CICLE DE CLAQUETA I ACCIÓ: "CANVI CLIMÀTIC I MOBILITAT SOSTENIBLE"
DX. 13	10 h	MULTIMÈDIA. OPENSHOT VIDEO EDITOR
DV. 15	8 h	DATA LÍMIT LLIURAMENT RELATS - VI CONCURS DE RELATS MANUEL VÁZQUEZ MONTALBÁN A VALLVIDRERA
DJ. 21	19 h	TALLER PER A JOVES "SUPERANT LA CIÈNCIA FICCIÓ. ON ANEM?"
DS. 23	10 h	ON TENIM AILANTS A VALLVIDRERA? VOLS COL·LABORAR AMB NOSALTRES?
DM. 26	16 h	TALLER D'AUTODEFENSA PER A DONES
DM. 26	18.30 h	CICLE DE CLAQUETA I ACCIÓ: "LA BALENA FRANCA" i "GIFTS OF SILVER"
DV. 29	17.30 h	ESPECTACLE FAMILIAR "EL VIATGE MÉS BONIC DEL MÓN"
DS. 30	12.30 h	CICLE DE MÚSICA: COR DEL BOSC DE VALLVIDRERA

DESEMBRE

DM. 4	19 h	ACTE D'HOMENATGE A MVM I LLIURAMENT DEL PREMI DEL VI CONCURS DE RELATS
-------	------	--

CALENDARI INFANTIL

SETEMBRE

Del 6 al 27		EXPOSICIÓ “PINTEM AMB LA NATURA”
DS. 7	18.30 h	CONCERT INFANTIL DE FESTA MAJOR AMB THE PINKER TONES
DV. 13	17 h	ANIMACIÓ “TARDA INFANTIL DE FESTA MAJOR”
DLL. 16	17.15 h	SENSORIAL. CREA LA TEVA PETJADA
DV. 20	17.15 h	TORNEIG DE PING-PONG I WII
DJ. 26	17.30 h	XERRADA “ELABORACIÓ DEL DOL I LA PÈRDUA EN ELS INFANTS I JOVES”
DV. 27	17.15 h	IDEEM EL NOSTRE HORT
DLL. 30	17.25 h	BENVINGUDA A LA TARDOR

OCTUBRE

DJ. 3	17.30 h	HOTEL D'INSECTES
DV. 4	17.30 h	FEM COLLA. CREACIÓ DE FANALETS
DV. 4	17.30 h	MULTIMÈDIA. ABSORVIT
DM. 8	17.15 h	PLANTEM LES NOSTRES PRIMERES LLAVORS
DJ. 10	17.15 h	POTS DE VIDRE
DV. 11	17.15 h	SUPER V EN ACCIÓ
DV. 11	17.15 h	MULTIMÈDIA. DIBUIXOS ANIMATS
DV. 18	17.30 h	ESPECTACLE FAMILIAR “JOAN SENSE POR”
DV. 25	17.15 h	FEM COLLA. TALLER DE CARACTERITZACIÓ
DV. 25	17.15 h	MULTIMÈDIA. CANVIA DE FORMA
DLL. 28	17.15 h	SENSORIAL. TALLER DE PANELLETS
DM. 29	17.15 h	TALLER DE GALETES TERRORÍFIQUES

NOVEMBRE

DM. 5	17.15 h	TALLER D'ESPANTAOCELLS
DJ. 7	17.15 h	DECORACIÓ DE LA NOSTRA FOTO
DV. 8	17.15 h	MULTIMÈDIA. CREA LA TEVA CANÇÓ
DM. 12	17.15 h	CALENDARI D'ADVENT SOLIDARI.
DV. 15	17.15 h	MULTIMÈDIA. JOCS D'ARREU DEL MÓN
DJ. 21	17.15 h	TALLER DE CREACIÓ DEL CALENDARI D'ADVENT
DLL. 25	17.15 h	SENSORIAL. OMBRES I LLUMS
DJ. 28	17.15 h	ELS PROTAGONISTES SÓN ELLS
DV. 29	17.30 h	ESPECTACLE FAMILIAR “EL VIATGE MÉS BONIC DEL MÓN”

DESEMBRE

DM. 3	17.15 h	EXPRESSIÓ AMB FANG
DV. 13	17.15 h	MENJADORS D'OCELLS
DLL. 16	17.15 h	CREA LA TEVA PETJADA
DM. 17	17.15 h	ELS PROTAGONISTES SON ELLS

ESPAÑA	FRANQUEO PAGADO
	P.D.

MAPA



ADREÇA

c/ Reus Catòlics, 16-34 · 08017 Barcelona

Telèfon: 93 406 90 53

ajuntament.barcelona.cat/ccivics/vallvidreravazquezmontalban

ccvazquezmontalban@ccvazquezmontalban.com

Facebook: Centre Cívic Vallvidrera Vázquez Montalbán

Twitter: @CCVallvidrera

  211, 128, 111 i 218

 S1, S2: Peu del Funicular

 Vallvidrera superior

HORARIS

Dimarts, dimecres i dissabte de 10 a 14 h

De dilluns a divendres de 16 a 21.30 h

De conformitat amb el Reglament Europeu de Privacitat 679/2016 i la Llei Orgànica, us informem que les vostres dades personals s'incorporaran al fitxer de dades de Gestió i ús d'equipaments, locals i espais municipals del que és titular l'Ajuntament de Barcelona amb la finalitat de la gestió de les activitats i dels usuaris dels equipaments municipals. Podeu exercir els drets d'accés, rectificació, cancel·lació i oposició, adreçant-vos per escrit al Registre General de l'Ajuntament: Pl. Sant Jaume 1, 08002 Barcelona, indicant clarament en l'assumpte Exercici de Dret RGPD.

L'encarregat de la gestió de les dades com a gestor del centre és Calaix de Cultura S.L. i el seu Delegat de Protecció de Dades és UNIVER IURIS S.L. (www.uneon.es). Calaix de Cultura c. Diputació 185, pral. 1a 08011 de Barcelona. calaixdecultura@calaixdecultura.cat.

**Districte de
Sarrià-Sant Gervasi**