

Centre Cívic Sarrià

TALLERS ACTIVITATS

Gener, febrer i març de 2020

Sarrià

Ajuntament de
Barcelona





ÍNDEX

TALLERS

Criteris de matrícules	pàg. 4
Noves tecnologies	pàg. 6
Expressió. Les arts i les artesanies	pàg. 7
Cultura i societat	pàg. 8
Dansa i expressió corporal	pàg. 9
Salut i creixement personal	pàg. 10
Idiomes	pàg. 13
Familiars	pàg. 15
Infants	pàg. 16
Joves	pàg. 17
Persones grans	pàg. 18

CALENDARI

pàg. 21

ACTIVITATS

Cicles i activitats	pàg. 23
Familiars	pàg. 29
Joves	pàg. 31
Exposicions	pàg. 33

SERVEIS

Oferta permanent	pàg. 35
Entitats i grups formals	pàg. 37

LLEGENDA

- | | | |
|---|-----------------------------------|---|
|  N | Taller nou |  Arts escèniques |
|  C | Taller de continuïtat |  Música |
|  § | Suplement en concepte de material |  Territori |
|  G | Activitat gratuïta | |
|  | Sostenibilitat | |
-

TALLERS

CRITERIS D'INSCRIPCIONS ALS TALLERS

MATRÍCULES ALS TALLERS DE CONTINUÏTAT

Les matrícules als tallers de continuïtat es podran fer del 28 de novembre al 5 de desembre.

- En línia mitjançant el web <https://sarria.inscripcionscc.com> a partir de les 9 h del matí del dijous 28 de novembre i fins al dijous 5 de desembre ininterrompudament.
- Presencialment, de dilluns a divendres, al centre cívic de 9 a 14 h i de 15 a 20.30 h, a partir de divendres 29 de novembre i fins al dijous 5 de desembre ininterrompudament.

Poden confirmar la seva continuïtat les persones que es van inscriure en un taller de continuïtat durant el trimestre de tardor de 2019 i només per al mateix grup, horari i taller del trimestre d'hivern 2020.

MATRÍCULES ALS A TALLERS NOUS O PLACES LLIURES DELS TALLERS DE CONTINUÏTAT

Les matrícules als tallers nous o a les places lliures dels tallers de continuïtat es podran fer a partir de dissabte 7 de desembre i fins al dia abans de l'inici de la segona sessió del taller.

- En línia mitjançant el web <https://sarria.inscripcionscc.com> a partir de les 9 h del matí del dissabte 7 de desembre.
- Presencialment, de dilluns a divendres, al centre cívic de 9 a 14 h i de 15 a 20.30 h, a partir de dilluns 9 de desembre.

CAL TENIR EN COMPTE QUE:

- Per a inscriure's **en línia**, cal donar-se d'alta com a usuari en línia, escollir el taller que més interessa i realitzar el pagament amb targeta.
 - Es realitzaran inscripcions presencialment per estricte ordre d'arribada fins al dia abans de la segona sessió dels tallers o fins a esgotar places.
 - **La inscripció** es farà efectiva un cop hagueu abonat l'import corresponent. El pagament de la inscripció presencial pot ser en efectiu o amb targeta bancària i només amb targeta bancària en cas de ser una inscripció en línia.
 - En cas que calgui fer devolucions dels imports de les matrícules dels tallers, s'aplicaran els Articles 68 i següents de la Llei General per a la Defensa dels Consumidors i Usuaris.
-

- Les inscripcions als tallers puntuals i als itineraris quedaran obertes fins a tres dies abans de començar el taller.

- El Centre es reserva el dret de **suspendre els tallers** que no tinguin un nombre mínim de persones inscrites o per qualsevol altre motiu que afecti el bon funcionament de l'activitat. En aquest cas, es retornarà l'import abonat i els suplementes de material.

SUPLEMENTS EN CONCEPTE DE MATERIAL

- Els suplementes en concepte de material dels tallers trimestrals es lliuraran als talleristes en efectiu a la primera sessió del taller. En els tallers de caràcter puntual caldrà abonar-los en efectiu en el moment de fer la inscripció. En el cas de realitzar la matrícula en línia caldrà abonar el suplement al tallerista deu minuts abans de l'inici del taller.

- No es farà devolució dels suplementes en concepte de material un cop hagin començat els tallers.

PREUS PÚBLICS 2020 IVA no inclòs

- 4,27 €/hora tallers (genèric 1)
- 5,92 €/hora tallers especialitzats
- 3,52 €/hora tallers (genèric 2)
- 2,77 €/hora tallers per a infants i adolescents fins a 16 anys, inclòs
- 4,27 €/hora tallers familiars (1 adult + 1 o 2 infants)

Per conèixer els criteris de reducció als tallers adreceu-vos a la recepció del Centre Cívic Sarrià, de dilluns a divendres, de 9 a 21 h.

INICI DELS TALLERS: 13 DE GENER DE 2020



TALLERS HIVERN 2020

LLEGENDA

- N** Taller nou
- C** Taller de continuïtat
- §** Suplement en concepte de material
- G** Activitat gratuïta
-  Sostenibilitat
-  Arts escèniques
-  Música
- T** Territori

Llegeix el codi per les
inscripcions via web



Per més informació inscriu-te al
nostre newsletter

NOVES TECNOLOGIES

1. TAULETA I TELÈFON INTEL·LIGENT DES DE ZERO

Dilluns, de 16.30 a 18 h
13 de gener > 16 de març
Preu: 77,50 € (15 hores)

Tens un mòbil o una tauleta que se't resisteix? Aquest és el teu taller! N'aprendrem el funcionament bàsic, les icones, l'agenda de contactes, com fer anar la càmera i gestionar-ne els fitxers, connectar-nos a la xarxa wifi... També coneixerem aplicacions de comunicació bàsiques com Whatsapp i d'altres que ens faran més fàcil el dia a dia. Cal portar telèfon intel·ligent o tauleta.

A càrrec de Maria Martínez,
<http://belibut.com>



2. TAULETA I TELÈFON INTEL·LIGENT, UN PAS MÉS

Dilluns, de 18.05 a 19.35 h
13 de gener > 16 de març
Preu: 77,50 € (15 hores)

En aquest taller repassarem conceptes bàsics de l'ús de la taula i l'smartphone, i aprofunditzarem en temes com configuració de comptes de correu, xarxes socials, buidatge d'arxius i sincronització amb d'altres dispositius, gestió de la memòria, aplicacions de fotografia i de retoc d'imatge entre altres. Cal portar telèfon intel·ligent o tauleta.

A càrrec de Maria Martínez,
<http://belibut.com>

EXPRESSIÓ. LES ARTS I LES ARTESANIES

3. INICIACIÓ A LA CERÀMICA



Dijous, de 18.30 a 20.30 h
16 de gener > 19 de març
Preu: 103,33 € (20 hores) \$ 15 €

Sense la necessitat de coneixements previs, aprendrem les tècniques bàsiques per treballar el fang (aquest trimestre amb fang blanc!) i diferents tipus d'acabats, creant peces de ceràmica personalitzades mentre gaudim d'una experiència sensorial i creativa. Totes les peces seran cuites al forn.

A càrrec d'Isabel Pallarés Esteban, ceramista



RESTAURACIÓ DE MOBLES



4. GRUP 1

Dilluns, de 17 a 20 h
13 de gener > 16 de març
Preu: 155 € (30 hores) \$ 10€

5. GRUP 2

Dimecres, de 17.30 a 19.30 h
15 de gener > 18 de març
Preu: 103,33 € (20 hores) \$ 10€

Una tauleta de nit, un mirall, una cadira..., perquè amb una bona restauració tots els mobles i objectes poden tenir una segona vida! En aquest taller aprendrem diferents tècniques per restaurar mobles i petits objectes de fusta. Curs obert a tots els nivells.

Material que s'ha de portar el primer dia de classe: una peça petita per restaurar, bata i guants.

A càrrec de Mar Fumadó



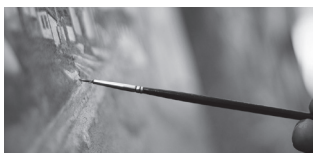
6. PINTURA I DIBUIX TARDA

Dilluns, de 18 a 20 h
13 de gener > 16 de març
Preu: 103,33 € (20 hores)

Formació trimestral continuada tant per a aquells persones que desconeguin les seves capacitats expressives i creatives com per les que desitgin continuar amb la dinàmica del procés creatiu personal. Desenvoluparem totes les tècniques pictòriques: oli, aquarella, pastís... Durem a terme una breu introducció al dibuix del natural: (especialment dirigida per als iniciats al món de l'art pictòric). Al final del curs, es farà una exposició col·lectiva com a dinàmica del procés pictòric.

Material que s'ha de portar el primer dia de classe: paper de dibuix bàsic, carbonet vegetal, goma de carbonet i bata.

A càrrec de Sílvia G. Armesto



TALLERS

7. PATCHWORK

Dimecres, de 18 a 20 h
15 de gener > 18 de març
Preu: 103,33 € (20 hores)

Curs on desenvoluparàs els teus dots costurers i la teva creativitat amb l'art de combinar teles i colors per confeccionar peces.

Material que cal portar el primer dia de classe: retalls de tela, costurer i peça per realitzar.

A càrrec de Núria Boldova



CULTURA I SOCIETAT

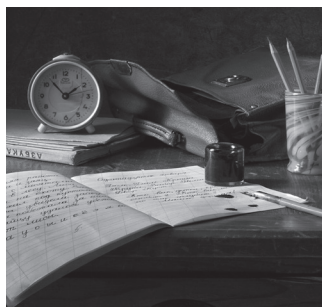
8. ESCRIURE LA VIDA

N

Dimarts, de 18 a 19.30 h
14 de gener > 17 de març
Preu: 77,50 € (15 hores)

T'agrada escriure però no saps com expressar el que vols dir? Escriure t'ajuda a ordenar idees? En aquest curs treballarem l'escriptura des del relat curt. Aprendre a redactar un text per tal que transmeti alguna cosa al lector: una emoció, un sentiment, una experiència viscuda. Treballarem des del fet particular i personal per arribar allò que és universal, atès que les emocions són àmpliament compartides.

A càrrec de Sandra Freijomil,
www.sandrafreijomil.com



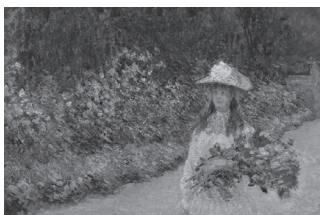
9. HISTÒRIA DE L'ART: L'IMPRESSIONISME

Dimarts, d'11.30 a 13 h
14 de gener > 17 de març
Preu: 77,50 € (15 hores)

A la segona meitat del segle XIX va néixer a França una de les corrents pictòriques més importants de la història de l'art: l'impressionisme. Per primer cop, els artistes van crear les seves pintures basant-se en la subjectivitat, la percepció, les emocions i l'ús lliure del color traslladant a la tela una realitat sensible plena de llum i dinamisme.

En aquest taller descobrirem les principals figures que van formar part d'aquest nou corrent pictòric que va ser la porta d'entrada a la pintura moderna i contemporània.

A càrrec de Maria Concetta Marino



10. VISITA ALS MUSEUS

Divendres, d'11 a 12.30 h
17 de gener > 20 de març
Preu: 77,50 € (15 hores)

Visitarem vuit exposicions representatives de la temporada, així com exposicions permanents en les quals la tallerista explicarà de forma detallada els continguts de la mostra. Una taller ideal per saber interpretar bé què ens vol dir l'artista i per descobrir espais de la ciutat que no sempre coneixem. La primera sessió es farà al centre cívic. **L'entrada als museus va a càrrec de les persones usuàries. (Preu aproximat entrades: 20 €)**

A càrrec de Maria Concetta Marino



DANSA I EXPRESSIÓ CORPORAL

11. INICIACIÓ A LA SALSA

N

Divendres, de 19 a 20 h
17 de gener > 20 de març
Preu: 51,67 € (10 hores)

Taller per a persones que vulguin iniciar-se al ritme de la salsa, però sobretot que vulguin gaudir del ball! N'aprendrem els passos bàsics a través d'una metodologia senzilla sense la necessitat de venir a les classes amb parella (classe d'estil lliure).

A càrrec de Carlos Álvarez



12. IOGA DINÀMIC

Dijous, de 19.40 a 20.40 h
16 de gener > 19 de març
Preu: 51,67 € (10 hores)

Ioga dinàmic és una nova modalitat de classe dirigida que t'ofereix beneficis en la respiració, l'elasticitat i la força. A més, millora la coordinació i l'harmonia del cos a través de la fusió d'asanes i dansa. En aquest tipus de ioga, la música, la meditació i el moviment fan poesia juntes. Classe oberta a tots els nivells.

A càrrec de Sílvia Lezcano



TALLERS

13. SWING SENSE PARELLA. DIMARTS

Dimarts, de 19 a 20.30 h
14 d gener > 17 de març
Preu: 77,50 € (15 hores)

14. SWING SENSE PARELLA. DIJOUS

Dijous, de 19 a 20.30 h
16 de gener > 19 de març
Preu: 77,50 € (15 hores)

Si t'agrada la música swing i t'agrada ballar aquest és el teu taller! Aprendre els passos bàsics del swing, el jazz i el xarleston que són els que serveixen de base al *lindy-hop* (ball swing en parella) mentre passem una bona estona, millorem la coordinació i ballem, que tots sabem que va molt bé!

A càrrec de Swingcats



15. COUNTRY. BALL EN LÍNIA. Principiants

Dilluns, de 19.30 a 20.30 h
13 de gener > 16 de març
Preu: 51,67 € (10 hores)

* Per aquest nivell cal haver fet
previament el curs d'iniciació.

16. COUNTRY. BALL EN LÍNIA. Iniciació

Dimarts, de 19 a 20 h
14 de gener > 17 de març
Preu: 51,67 € (10 hores)

En aquest taller aprendrem diferents coreografies bàsiques de ball en línia. Aquesta disciplina de ball sense parella ens permetrà treballar el cos fent exercici aeròbic, potenciar la coordinació i l'equilibri, exercitar la memòria i passar una bona estona en grup.

*A càrrec de Marta Borràs, de
l'Associació Esportiva Sarrià*



SALUT I CREIXEMENT PERSONAL

17. SORTIDES DE MARXA NÒRDICA

Dissabtes, de 10 a 12.30 h
18 de gener, 15 de febrer i
7 de març
Preu: 38,76 € (7,5 hores)

Si caminar ja és sa, fer-ho amb bastons i en bona companyia encara ho és més, ja que ens ajuda a moure tot el cos i a repartir l'esforç entre les qua-

tre extremitats. Amb la marxa nòrdica enfortirem braços, musculatura de l'esquena i millorarem la postura mentre descobrim racons; en aquest trimestre caminarem per Vallvidrera, Sant Joan d'Espí i per la zona protegida del Delta del Llobregat. (El lloguer dels bastons van inclosos en el preu).
*A càrrec de Nordic Walking
Therapeutic*

18. PILATES

**Dilluns, dimecres i divendres,
de 9.10 a 10.10 h**

13 de gener > 20 de març

Preu: 155 € (30 hores)

El mètode Pilates és un sistema d'entrenament físic i mental basat en diferents especialitzats com la gimnàstica, la traumatologia i el ioga, tot unint dinamisme i força muscular amb el control mental, la respiració i la relaxació. El treball es centra en el desenvolupament dels músculs interns per mantenir l'equilibri corporal i donar estabilitat i fermesa a la columna vertebral.

*A càrrec de Daniela Bronn,
de l'Associació Esportiva de
Sarrià - Sant Gervasi*

19. IOGA

**Dilluns i dimecres,
de 19.30 a 20.30 h**

13 de gener al 18 de març

Preu: 103,33 € (20 hores)

En aquest taller treballarem exercicis corporals de ioga per tenir cura de l'equilibri entre cos i ment centrant-nos al mateix temps en postures que ens ajudin a tonificar cames i malucs.

*A càrrec de Gemma Gaseni
de l' Associació Esportiva de
Sarrià - Sant Gervasi*



20. REEDUCACIÓ POSTURAL

Dilluns, de 18.30 a 19.30 h

13 de gener > 16 de març

Preu: 51,67 € (10 hores)

Aquest taller està destinat a millorar la col·locació del cos i, sobretot, de l'esquena en el dia a dia, mitjançant exercicis i estiraments dissenyats per a aquesta finalitat. Reeduquem el cos i la respiració per tonificar, desintoxicar i reduir el grau d'estrès. Aquest taller està especialment dirigit a persones amb problemes de postura o que, simplement, volen adquirir uns hàbits correctes. **Cal portar una tovallola.**

*A càrrec de Daniela Bronn
de l' Associació Esportiva de
Sarrià - Sant Gervasi*



TALLERS

21. GIMNÀSTICA ABDOMINAL HIPOPRESSIVA . MATÍ

Dimecres, de 10.30 a 11.30 h
15 de gener > 18 de març
Preu: 51,67 € (10 hores)

22. GIMNÀSTICA ABDOMINAL HIPOPRESSIVA . TARDA

Dijous, de 18.30 a 19.30 h
16 de gener > 19 de març
Preu: 51,67 € (10 hores)

La gimnàstica abdominal hipopressiva treballa la musculatura abdominal reforçant-la i augmentant el to del sòl pèlvic sense perjudicar-lo. Treballarem des del moviment de la respiració, enllaçant a través de estiraments la feina de les hipopressives. Aquesta tècnica millora la figura i els mals d'esquena, redueix el ventre i evita la incontinència urinària.
A càrrec de Sílvia Lezcano

23. OSTEOPILATES

Dimarts i dijous,
de 19.45 a 20.45 h
14 de gener > 19 de març
Preu: 103,33 € (20 hores)

Activitat basada en el mètode Pilates, però adaptant-ne els exercicis i les sèries per tal que ajudin a enfortir els ossos i prevenir possibles fractures.
A càrrec de Fabiana Paisani.



24. TÈCNIQUES DE RESPIRACIÓ I MEDITACIÓ

Dimecres, de 18.30 a 20 h
15 de gener > 18 de març
Preu: 77,50 € (15 hores)

Ens dedicarem una estona a observar i millorar la nostra respiració per aconseguir centrar-nos en el moment present. Ho farem coneixent i practicant diverses tècniques: respiració profunda, atenció plena (*mindfulness*) i visualització entre altres exercicis.
A càrrec d'Erica Borzese, psicopedagoga i dansaterapeuta



25. TALLER D'AUTODEFENSA PER A DONES

Divendres, d' 11.30 a 13.30 h
24 de gener > 27 de març
Preu: gratuït (20 hores)

A través de l'augment de la presa de consciència de l'espai, de la postura i de la comunicació verbal i no-verbal, com a eines, potenciarem la seguretat física i emocional de les dones.

Taller organitzat pel PIAD. Places limitades. Cal inscripció prèvia al Punt d'Informació i Atenció a les dones (PIAD) de Sarrià-Sant Gervasi (Plaça del Consell de la Vila, 7).

*Amb possibilitat de servei d'atenció per infants durant el taller. Sol·licitud prèvia al PIAD.

IDIOMES

26. INICIACIÓ A L'ANGLÈS

Dijous, de 9.30 a 11 h
16 de gener al 19 de març
Preu: 77,50 € (15 hores)

Taller per a persones sense coneixements de l'idioma que volen fer els primers passos en l'aprenentatge d'aquesta llengua. Es treballarà amb el suport d'un llibre. Let's go!
A càrrec de Beatriz Benet



27. ANGLÈS ELEMENTAL

Dimarts, d'11.10 a 12.40 h
14 de gener al 17 de març
Preu: 77,50 € (15 hores)

Curs d'anglès per a persones amb coneixements bàsics de l'idioma, que treuen el sentit general de lectures senzilles i que poden comunicar les necessitats bàsiques. En el taller treballarem la llengua en el seu format escrit i oral amb el suport d'un llibre.

A càrrec de Beatriz Benet



ANGLÈS PRE-INTERMEDI

28. GRUP DILLUNS

Dilluns, d'11.30 a 13 h
13 de gener al 16 de març
Preu: 77,50 € (15 hores)

29. GRUP DIMARTS

Dimarts, de 9.30 a 11 h
14 de gener al 17 de març
Preu: 77,50 € (15 hores)

Curs d'anglès per a persones amb coneixements bàsics de l'idioma (nivell A2 assolit), que poden comunicar-se en situacions quotidianes amb expressions d'ús freqüent i vocabulari elemental i que volen repassar allò après, introduint nous conceptes i estructures gramaticals.

A càrrec de Beatriz Benet

TREU LA POLS AL TEU ANGLÈS

30. GRUP DIJOURS

Dijous, d'11.10 a 12.40 h
16 de gener al 19 de març
Preu: 77,50 € (15 hores)

31. GRUP DIMECRES

Dimecres, de 17.45 a 19.15 h
15 de gener al 18 de març
Preu: 77,50 € (15 hores)

Aquest és un curs **intermedi baix** que té com a objectiu refrescar allò après mitjançant lectures, jocs de rol, audicions... Traurem la pols al nostre anglès des d'una vessant lúdica i participativa.

A càrrec de Beatriz Benet

TALLERS

ANGLÈS CONVERSA

32. HORARI 1

Dimarts, de 16 a 17.30 h
14 de gener al 17 de març
Preu: 77,50 € (15 hores)

33. HORARI 2

Dimecres, de 16 a 17.30 h
15 de gener al 18 de març
Preu: 77,50 € (15 hores)

Curs pràctic on treballarem la llengua en la seva forma oral. Es dirigeix a persones amb coneixements intermedis de l'idioma que volen millorar la fluïdesa i confiança del seu anglès.

A càrrec de Chris Brown

FRANCÈS CONVERSA

34. GRUP TARDA

Dimarts, de 17.30 a 19 h
14 de gener al 17 de març
Preu: 77,50 € (15 hores)

A càrrec d'Océane Luguern,
de l'Acadèmia USIK

35. GRUP MATÍ

Dimecres, de 10 a 11.30 h
15 de gener al 18 de març
Preu: 77,50 € (15 hores)

A càrrec de Stéphanie Pimet

Curs adreçat a persones amb un **nivell intermedi (A2 / B1)** on treballarem la llengua en la seva forma oral mitjançant llibres i altres suports. Aprenem les estructures per poder expressar la nostra opinió d'una manera clara i n'amplia-rem vocabulari.

36. FRANCÈS PER A PRINCIPIANTS

Dimecres, de 11.30 a 13.00 h
15 de gener al 18 de març
Preu: 77,50 € (15 hores)

Curs adreçat a persones amb coneixements bàsics de francès (**nivell A1**) que volen seguir aprenent la llengua mitjançant exercicis de gramàtica bàsica, així com ampliar vocabulari i expressions.

A càrrec de Stéphanie Pimet



37. ITALIÀ INTERMEDI

Dijous, de 18.30 a 20 h
16 de gener al 19 de març
Preu: 77,50 € (15 hores)

Aprenem italià a través de situacions comunicatives del dia a dia: saludar-se, presentar-se, desenvolupar accions de la vida quotidiana. És un curs pensat per a aquelles persones que ja tenen alguns coneixements bàsics de la llengua i que volen seguir ampliant vocabulari i estructures gramaticals des d'una vessant pràctica.

A càrrec de Letizia Rosmini, de l'Acadèmia USIK

TALLERS FAMILIARS

38. IOGA EN FAMÍLIA

Dilluns, de 17.30 a 18.30 h
13 de gener > 16 de març
Preu 1 adult + 1 o 2
infant: 51,67 € (10 hores)
Edats: de 3 a 6 anys

El taller proposa un espai i un temps per estar en família. Amb exercicis i jocs per aprendre junts a respirar, concentrar-nos i relaxar-nos. El ioga en família reforça el vincle afectiu i la comunicació amb asanes adaptades a les edats de les persones participants.

A càrrec de Judith Viedma, dansaterapeuta



39. MOVIMENT CREATIU I DANSA EN FAMÍLIA

Dimecres, de 17.20 a 18.20 h
15 de gener al 18 de març
Preu 1 adult + 1 o 2 infants:
51,67 € (10 hores)
Edats: infants de 18 mesos a 3 anys

Un taller per a grans i petits per descalçar-nos i dedicar un temps a la mirada, a l'escolta, al contacte i al cos. La dansa ens ajudarà reforçar el vincle afectiu i la confiança mentre treballem la psicomotricitat i la creativitat.

A càrrec d'Erica Borzese, psicopedagoga i dansaterapeuta

40. EXPERIMENTEM AMB FANG

Dijous, de 17.30 a 18.30 h
16 de gener al 19 de març
Preu 1 adult + 1 o 2 infants:
51,67 € (10 hores) \$ 10€
Edats: infants de 2 a 10 anys

Espai d'experimentació on posarem en comú la imaginació jugant amb les possibilitats que ens ofereix el fang (aquest trimestre, utilitzarem fang blanc!). Un taller per gaudir una estona en família embrutant-nos les mans i que ens servirà per conèixer aquest art mil·lenari que ens connecta amb la natura.

A càrrec d'Isabel Pallarés Esteban, educadora i ceramista.



TALLERS

TALLERS PER A INFANTS

41. SWING PER MINIS

N

Dijous, de 17.30 a 18.45 h

16 de gener al 19 de març

Preu: 38,09 € (12,5 hores)

Edats: infants de 7 a 9 anys

Aprendrem a divertint-nos amb aquesta modalitat de ball que va ser popular fa més de 100 anys i que ara ho torna a ser. En aquest taller aprendrem els passos bàsics del *jazzstep*, i ens mourem a ritme d'aquesta música alegre i dinàmica.

A càrrec de Swingcats

42. LA PETITA FÀBRICA VEGETAL

Dilluns, de 17.30 a 18.45 h

13 de gener al 17 de març

Preu: 38,09 € (12,5 hores)

Edats: infants de 4 a 6 anys

Taller d'experimentació vegetal, on mitjançant manualitats, jocs, teatrets i conta-contes redescobrirem la naturalesa que ens envolta, la importància dels arbres i els insectes pel nostre ecosistema, i coneixerem els personatges màgics que viuen al parc de la Vil·la Cecília !

*A càrrec de Federica Pavan,
il·lustradora infantil*



43. ESCOLA DE MÀGIA

Dimecres, de 17.30 a 19 h

15 de gener al 18 de març

Preu: 45,71 € (15 hores)

Edats: infants de 8 a 12 anys

De la mà d'un mag professional, aprendrem diferents disciplines màgiques: la màgia de de proximitat, la cartomàgia, el numismàgia, la màgia de *close-up*. Construïrem els nostres propis jocs i practicarem infinitat de trucs mentre endinsem en aquest art d'il·lusió i fantasia.

A càrrec d'Àlex Ferrer, mag



TALLERS PER A JOVES

**44. INTRODUCCIÓ AL
HATHA IOGA**
(de 18 a 29 anys)

N

Dilluns, 19 a 20.15 h
13 de gener al 16 de març
Preu: 64,59 € (12,5 hores)

Mitjançant postures i exercicis de relaxació, el hatha ioga ens aporta múltiples beneficis; ajuda a augmentar la nostra força física, millora la capacitat pulmonar, ens facilita la conciliació del son i ajuda a reduir l'estrès entre altres. Si fa temps que vols iniciar-te en la disciplina del ioga, aquest és el teu taller!

A càrrec de Judith Viedma

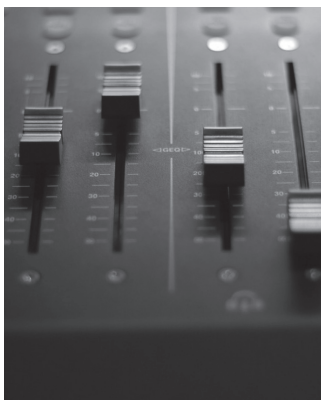
**45. PRODUEIX EL TEU
DISC A CASA**
(de 17 a 29 anys)

N

Dilluns, de 18 a 20 h
10 de febrer al 9 de març
Preu: 51,67 € (10 hores)

5 sessions on aprendrem tot el necessari per compondre, gravar, produir i masteritzar les teves obres musicals. Munta't l'estudi de gravació a casa!

A càrrec de Daniel Valladares, enginyer de so i música

**46. GUITARRA**
(de 12 a 16 anys)

N

Dimecres, de 18.30 a 19.30 h
15 de gener al 18 de març
Preu: 46,97 € (10 hores)

Tens una guitarra a casa però només rasques 3 acords? En aquest curs farem exercicis de fàcils de digitació, aprendrem acords, estructures, escales, i algun que altre truc!

Cal tenir coneixement mínims de l'instrument i portar la guitarra.



TALLERS

TALLERS PER A LES PERSONES GRANS

GIMNÀSTICA DE MANTENIMENT

47. HORARI 1

**Dilluns i dimecres,
de 10.15 a 11.15 h
13 de gener al 18 de març
Preu: 85,18 € (20 hores)**

*A càrrec de Daniela Bronn,
de l'Associació Esportiva de
Sarrià – Sant Gervasi*

48. HORARI 2

**Dilluns i dimecres,
d'11.15 a 12.15 h
13 de gener al 18 de març
Preu: 85,18 € (20 hores)**

*A càrrec de Daniela Bronn,
de l'Associació Esportiva de
Sarrià – Sant Gervasi*

49. HORARI 3

**Dimarts i dijous,
de 10.10 a 11.10 h
14 de gener al 19 de març
Preu: 85,18 € (20 hores)**

*A càrrec de Carmen Gallo,
de l' Associació Esportiva de
Sarrià–Sant Gervasi*

50. HORARI 4

**Dimarts i dijous,
d'11.10 a 12.10 h
14 de gener al 19 de març
Preu: 85,18 € (20 hores)**

*A càrrec de Carmen Gallo,
de l' Associació Esportiva de
Sarrià–Sant Gervasi*

Treball corporal a partir de la globalitat, adaptat a les possibilitats i característiques dels usuaris i usuàries. S'hi realitzaran exercicis de mobilitat articular, fent reforçament muscular, respiració i relaxació, entre els més destacats.



ANGLÈS CONVERSA

51. HORARI 3

**Dimarts, d'11 a 12.30 h
14 de gener al 17 de març
Preu: 63,89 € (15 hores)**

52. HORARI 4

**Dijous, de 16.30 a 18 h
16 de gener al 19 de març
Preu: 63,89 € (15 hores)**

Treballarem la llengua en la seva forma oral, d'una forma distesa i divertida. A partir d'un tema de l'actualitat o d'una lectura millorarem la nostra fluïdesa i audició a la vegada que coneixerem noves expressions i incorporarem vocabulari. Cal tenir uns nivells bàsics o ganes de parlar i posar-hi cullerada!

A càrrec de Chris Brown

IOGA SUAU

53. GRUP 11 H

**Dimarts i dijous,
de 11.10 a 12.10 h
14 de gener al 19 de març
Preu: 85,18 € (20 hores)**

*A càrrec de Gemma Gaseni,
de l' Associació Esportiva de
Sarrià–Sant Gervasi*

54. GRUP 12 H

**Dimarts i dijous,
de 12.15 a 13.15 h
14 de gener al 19 de març
Preu: 85,18 € (20 hores)**

*A càrrec de Gemma Gaseni,
de l'Associació Esportiva de
Sarrià–Sant Gervasi*

En aquest taller treballarem exercicis corporals de ioga per tenir cura de l'equilibri entre cos i ment centrant-nos al mateix temps en postures que ens ajudin a tonificar, a controlar la nostra respiració i, ja que hi som, a relaxar-nos.

55. TAITXÍ

**Dimarts i divendres,
de 10 a 11 h
14 de gener al 20 de març
Preu: 85,18 € (20 hores)**

Aprendrem una sèrie de moviments o de formes continuades suaus i coordinades. Hi intervenen el manteniment de la flexibilitat, la força, la coordinació, la relaxació i la respiració, a fi de desenvolupar la resistència aeròbica i crear una millora general de la forma física.

*A càrrec de Pablo Bozzo,
de l'Associació Esportiva de
Sarrià–Sant Gervasi*

56. ENTRENAMENT DE LA MEMÒRIA

HORARI 1. TARDA

**Dimarts, de 16.30 a 18 h
14 de gener al 17 de març
Preu: 63,89 € (15 hores)**

*A càrrec de Cristina Loriz,
de l'Associació Esportiva de
Sarrià–Sant Gervasi*

57. HORARI 2. MATÍ

**Dijous, de 11.45 a 13.15 h
16 de gener al 19 de març
Preu: 63,89 € (15 hores)**

És ben sabut que la memòria és un múscul que cal treballar! Aquest taller es dirigeix a persones que volen evitar i prevenir les possibles pèrdues de memòries degudes al procés d'envelliment. Mitjançant exercicis, millorarem l'atenció i la concentració, treballarem zones cerebrals que habitualment no s'activen, adquirirem fluïdesa verbal per expressar idees i potenciarem les relacions socials.

*A càrrec d'Esther Vila, de
l'Associació Esportiva de
Sarrià–Sant Gervasi*



TALLERS

58. APRENDRE A ESCRUIRE I PARLAR BÉ EL CATALÀ

Dimarts, de 17 a 18.30 h
14 de gener al 17 de març
Preu: 63,89 € (15 hores)

Aquest taller vol emfatitzar en el coneixement escrit i parlat de la llengua catalana. És òptim per a persones que utilitzen en el seu dia a dia el català però no han tingut la possibilitat d'aprendre la llengua i volen corregir castellanismes i treballar la gramàtica i l'ortografia des d'una vessant participativa.
A càrrec d'Antoni Masramon, lingüista



60. ESTIRAMENTS

Divendres, de 10.15 a 11.15 h
17 de gener al 20 de març
Preu: 42,59 € (10 hores)

Taller on farem exercicis específics d'estiraments i mobilitat articular per tal d'ajudar el múscul i les articulacions a mantenir-se actius el major temps possible i prevenir possibles problemes articulars i ossis, entre els quals cal destacar l'artrosi, l'artritis, l'osteoporosi, etc.
A càrrec de Daniela Bronn, de l'Associació Esportiva de Sarrià-Sant Gervasi



59. PINTURA I DIBUIX MATÍ

Dimarts, d'11 a 13 h
14 de gener al 17 de març
Preu: 85,18 € (20 hores)

Formació trimestral continuada tant per a aquelles persones que s'inicien en el món de l'art com per a les que volen consolidar i aprofundir en els coneixements del dibuix i la pintura. També podreu conèixer i experimentar amb diferents tècniques: oli, acrílic, aquarel·la, etc.

Material que cal portar el primer dia de classe: llapis, paper i si es vol carbonet i difuminador de carbonet o qualsevol tècnica que es vulgui aprendre com sanguina, rotulador, punta fina, etc.
A càrrec de Daniel de la Barra, pintor.



GENER

1-31 GEN	9 a 21 h	EXPOSICIÓ Records dels anys 50 i 60
1-31 GEN	17 a 18 h	EXPOSICIÓ La llum de les lletres
CADA DIMECRES	17 h	la petita PROPOSTA
CADA DIMARTS	17.30 h	la petita BIBLIOTECA
CADA DISSABTE	15:30 h	LABORATORI <i>STREETBOARD</i>
18 GEN	17:30 h	ESPECTACLE. El porquet que volia veure el món des de dalt
21 GEN	18 h	XERRADA FAMILIAR. Com parlar perquè els infants ens escoltin
24 GEN	22 h	CONCERT AL SOTERRANI
25 GEN	11 h	ITINERARI L'eixample, el malson de Cerdà

FEBRER

1 FEB - 31 MAR	9 a 21 h	EXPOSICIÓ Sincera i valenta
1 FEB - 31 MAR	9 a 21 h	EXPOSICIÓ. JORNADES DE FIGUES I FLORS. Va de flors
1 FEB - 31 MAR	9 a 21 h	EXPOSICIÓ. JORNADES DE FIGUES I FLORS. Col·lectiva de Figs i Flors
CADA DIMECRES	17 h	la petita PROPOSTA
CADA DIMARTS	17.30 h	la petita BIBLIOTECA
CADA DISSABTE	15:30 h	LABORATORI <i>STREETBOARD</i>
6 FEB	19:30 h	CICLE LLUMS DE BOHÈMIA. Marta Sierra & Daphne Quartet

CALENDARI

13 FEB	19:30 h	CICLE LLUMS DE BOHÈMIA. Buster Keaton en V.0.
20 FEB	17 h	CARNESTOLTES
20 FEB	19:30 h	CICLE LLUMS DE BOHÈMIA. No es país para negras
21 FEB	22 h	MICRO OBERT & JAM SESSION
26 FEB	18:30 h	XERRADA FAMILIAR Límits amb cura, límits que curen
27 FEB	19:30 h	CICLE LLUMS DE BOHÈMIA. Gastro-Rimes

MARÇ

CADA DIMECRES	17 h	la petita PROPOSTA
CADA DIMARTS	17.30 h	LA PETITA BIBLIOTECA
CADA DISSABTE	15:30 h	LABORATORI <i>STREETBOARD</i>
1-15 MAR	9 a 21h	JORNADES DE FIGUES I FLORS INSTAL·LACIÓ “Seus a taula?”
3 MAR	11 h	XERRADA FAMILIAR. Recursos per a la lactància materna
6 MAR	18 h	CICLE EL RUSC Jam de jazz
11 MAR	18 h	JORNADES DE FIGUES I FLORS INTERCANVI D'ESQUEIXOS
17 MAR	17:30 h	MÚSICA PER A NADONS
18 MAR	19 h	JORNADES DE FIGUES I FLORS XERRADA MENSTRUACIÓ SOSTENIBLE
20 MAR	19:30 h	MÍNIM MOSTRA
25 MAR	19 h	JORNADES DE FIGUES I FLORS XERRADA “PINTANDO FLORES. La vida de dos artistas mujeres del s.XX”
27 MAR	22 h	CONCERT AL SOTERRANI

ACTIVITATS

- Itineraris culturals
- Cicle Llums de bohèmia
- Jornades: “De figures i flors”
- Cicle: El Rusc
- Xerrades familiars
- Activitats familiars
- Arri arri tatamet
- Espais Laboratori
- Mostra Mínim
- Cicle: Concerts al soterrani
- Exposicions

Apunta't via web a les activitats que calguin inscripció



Per més informació inscriu-te al nostre newsletter

ITINERARIS CULTURALS

“L'EIXAMPLE, EL MALSON DE CERDÀ”

Dissabte, 25 de gener a d'11 a 13.30 h

Preu: 10,65 €

El projecte d'Ildefons Cerdà va ser tota una revolució però... Fins a quin punt es van seguir els traçats dels seus plànols? Com hauria sigut l'Eixample i què no va ser?

Dels palaus del carrer Montcada a Can Fanga, així va ser l'aventura de les primeres famílies que es van traslladar al Quadrat d'Or. L'Eixample en el què Cerdà es va deixar la pell, seria un nou barri per fer de Barcelona la *smart city* del s.XIX i on hi tingués cabuda un nou estil de vida.

En aquest itinerari, veuràs l'Eixample com no l'has vist mai abans, fent zig-zag per passatges, visitants patis interiors i descobrint edificis sorprenents.

A càrrec de Viaje a la Barcelona Secreta



ACTIVITATS

CICLE: LLUMS DE BOHÈMIA



Per nové any consecutiu torna el cicle “**Llums de Bohèmia**” per fer-te gaudir dels vespres freds d’hivern d’una forma ben diferent. En l’ambient íntim i acollidor de la Sala Conxita Badia gaudirem del trepidant *Swing manouche*, de monòlegs i Poesia per a cor, cap i paladar i una màgica experiència de Cinema Mut.

Activitat gratuïta. Aforament limitat. Inscripció prèvia trucant al 932 562 720 o presencialment al Centre Cívic.

MARTA SIERRA & DAPHNE QUARTET



Dijous, 6 de febrer, a les 19.30 h

Daphne és una formació de jazz *manouche*, un estil molt popular a la Europa dels anys trenta i quaranta, producte de la fusió de la música passional i melancòlica dels gitanos de l’Europa de l’Est i de les harmonies i ritmes propis del jazz americà.

Format per músics de Barcelona, aquest grup et transportarà als cafès de París de l’època, a ritme de clàssics del swing.

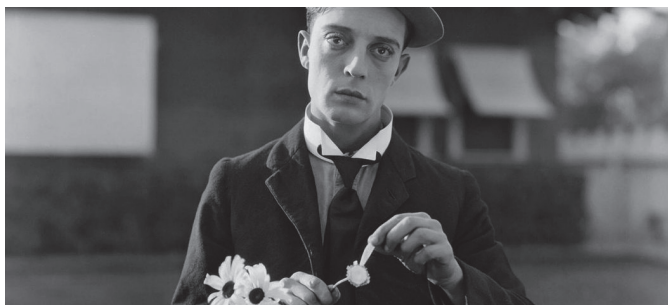


BUSTER KEATON EN V.O.



Dijous, 13 de febrer, a les 19.30 h

Projectarem la pel·lícula *muda* The Cameraman del geni Buster Keaton, amb l’acompanyament en viu de la mà del pianista Carles Robert Bassa. Tindrem l’oportunitat de gaudir d’un clàssic del cinema en la seva essència original, tal com es feia als cinemes dels anys vint del segle passat.



NO ES PAÍS PARA NEGRAS



Dijous, 20 de febrer, a les 19.30 h

Interpretant diversos personatges i servint-se del llenguatge físic, Sílvia Albert mostra amb humor i ironia els diferents punts de vista sobre el racisme i la identitat de la dona negra. Es serveix dels records propis i els de tota una comunitat per explicar part de la història oculta fins al moment: el recorregut de les dones negres espanyoles.

A càrrec de la companyia Mi Perla Negra



GASTRO-RIMES



Dijous, 27 de febrer, a les 19.30 h

Gastro-rimes és una proposta sonora i original. Un cabaret gastronòmic de música i paraula.

Cada gastrorima té la seva textura, el seu aire, la seva temperatura... però totes són per degustar amb plaer, quasi per salivar i per anar directes de l'orella al paladar

A càrrec de Lali Feliu i Miquel Ferret



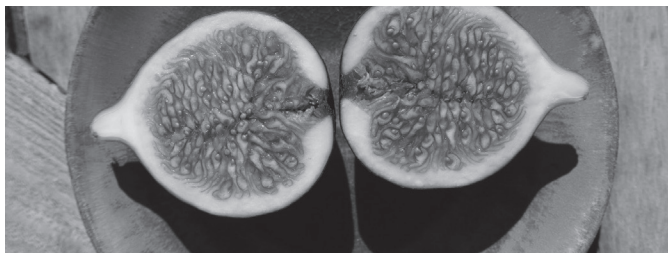
ACTIVITATS

JORNADES: “DE FIGUES I FLORS”



Del 2 de febrer al 30 de març

“De figues i flors” vol visibilitzar les dones i els seus cossos com a productores de bens, de vida i de sentit. A partir de l’obra de Judy Chicago *The Dinner Party* ens hem imaginat unes jornades en les que conviuen i es nodreixen la botànica, l’art i altres disciplines en xarxa. Com en la instal·lació de la Judy Chicago a la que fem homenatge: les dones no només “cuinem” sino que també seiem a taula i en un lloc d’honor. Amb els nostres cicles i el nostres cossos no només fem de mares, si és el nostre desig, sino que també fem d’artistes, escrivim, organitzem, plantem, dibuixem, llegim, mirem i tantes d’altres. Vine, tria i remena! Tindrem una xerrada-taller sobre menstruació sostenible, un intercanvi d’esqueixos, una exposició de flors, una xerrada sobre dues dones pintores del s.XX i una exposició col·lectiva de dones artistes.



ACTIVITAT. INTERCANVI D'ESQUEIXOS

G

**Dimecres, 11 de març
de 18 a 20 h**

Cita botànica que proposa un intercanvi d’esqueixos, idealment plantes suculentas, per a compartir les nostres plantes i donar vida a les nostres cases i llocs de treball. Aprofitarem per donar una ullada a les dues exposicions que formen part de les jornades.

Activitat gratuïta.

INSTAL·LACIÓ. “SEUS A TAULA?”

G

De l’1 al 15 de març

A la sala d’artistes del centre farem un petit homenatge a l’obra de la Judy Chicago *The Dinner Party*, on totes les dones tenen un lloc a la taula.

Entrada lliure.



XERRADES

G**Activitats gratuïtes.**

**TERTÚLIA:
“MENSTRUACIÓ
SOSTENIBLE”**

**Dimecres, 18 de març
a les 19 h**

Sorgeixen noves mirades que proposen donar un enfoc en positiu al cicle menstrual, posant consciència i donant la volta a la idea de que el cicle és una condemna que cal patir i rebutjar. Aquesta mirada va unida al sorgiment de moltes alternatives per menstuar sense residus: copes menstruals, compreses de roba i altres amb les que fer més sostenible la vida, cuidar al planeta alhora ens cuidem nosaltres. En aquesta tertúlia podrem compartir la nostra experiència i posar sobre la taula dubtes i descobertes al voltant d'estes qüestions.

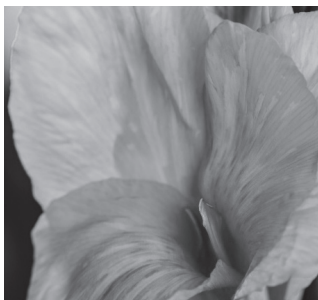
Tertúlia a cura d'Anna Puigdemasa, musicòloga, artesana, emprenedora i fundadora de Ruscus
Entrada lliure i gratuïta

**“PINTANDO FLORES. LA
VIDA DE DOS ARTISTAS
MUJERES DEL S.XX”**

**Dimecres, 25 de març
de 19 a 20 h**

En aquesta xerrada la tallerista d'història de la casa per excel·lència ens convida a conèixer dues dones artistes del S.XX que tenen en comú la pintura de flors i que ens aporten quelcom de novedós i preuat.

Xerrada a cura de Maria Concetta Marino, professora d'història de l'art.



CICLE: EL RUSC

G

Cicle de cessió d'espais escènics.

Programació d'espectacles de companyies i grups amb ganes de mostrar la seva obra. Activitats gratuïtes. Aforament limitat.

JAM DE JAZZ

**Divendres, 6 de març, a les 18 h**

Grups de jazz vinculats a la Coordinadora de Rock de Sarrià, ens obren la porta a un espai de joc, coneixença i comunicació musical en clau d'estandards de jazz i blues.



ACTIVITATS

PROGRAMACIÓ FAMILIAR

XERRADES FAMILIARS

G

Xerrades sobre criança i educació

Places limitades. Inscripció prèvia al web del centre cívic.

COM PARLAR PERQUÈ ELS INFANTS ENS ESCOLTIN

**Dimarts, 21 de gener
a les 18 h**

Aprendrem a conèixer i utilitzar eines del llenguatge verbal i corporal que ens ajudaran a millorar la comunicació amb els nostres infants.

Xerrada a cura de Txell

Parareda, coach, formadora i mare.

LÍMITS AMB CURA , LÍMITS QUE CUREN

**Dilluns, 26 de febrer
a les 18.30 h**

Puc posar límits sense coartar? Des de quina edat són necessaris els límits? La llibertat i els límits, estan renyits? Quina diferència hi ha entre un límit orgànic i un d'inorgànic? Què significa posar un límit? Què passa si els límits que establim no es compleixen?

A cura de Carolina

Liniado, mare, educadora i psicomotricista infantil.



RECURSOS PER A LA LACTÀNCIA MATERNA

Dimarts, 3 de març, a les 11 h

“Com funciona la lactància? És instintiva o requereix tècnica? Si no ha de fer mal, perquè tothom diu que en fa? A mi m’han dit que potser no tinc llet...” En aquesta xerrada col·loqui parlarem i revisarem les bases, recursos i mites per a gaudir de la lactància materna, de manera lliure i informada.

A cura de Cris Moe assessora de porteig, lactància i mare de tres infants.



ACTIVITATS FAMILIARS

Programació familiar

LA PETITA PROPOSTA



Cada dimecres de 17 a 18 h

Petites propostes per a famílies del l'Espai Infantil El Parc.

Propostes senzilles de tallers i materials per gaudir d'una estona en família.

Activitat recomanada per a famílies amb infants fins a 6 anys.



PETITA ESCENA

Preu entrada: 3,30 €

Pots comprar les entrades al web o presencialment fins una hora abans de l'espectacle

Espectacles de sala, els dissabtes a la tarda, per a tota la família

Aforament limitat



LA PETITA BIBLIOTECA



Cada dimarts a partir de les 17.30 h

Un bagul ple de contes ens visitarà un dimecres al mes. Vine a conèixer aquest espai tranquil de lectura de contes per passar una estona acompanyades d'altres històries.

Activitat recomanada per a famílies amb infants a partir de 2 anys.



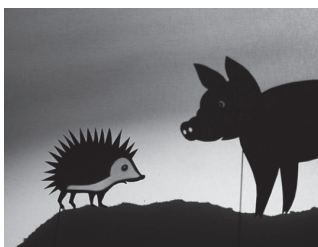
EL PORQUET QUE VOLIA VEURE EL MÓN DES DE DALT



Dissabte 18 de gener, a les 17.30h

Espectacles d'ombres xineses ple d'emocions i poesia que narra la història d'un petit porquet que s'embarca en una aventura nocturna plena de sorpreses i novetats.

Espectacle a cura de la Cia Animamundi recomanat per a famílies amb infants a partir de 3 anys.



ACTIVITATS

TRADICIONAL



Celebrem en família el calendari tradicional

Activitat gratuïta

CARNESTOLTES

**Dijous, 20 de febrer,
de 17 a 19 h**

Taller i rua de Carnestoltes: fem taller de pintacares i pentinats esbojarrats, donem la benvinguda al Carnestoltes i passem les nostres gales a la rua de petits del barri.

Activitat familiar per a totes les edats

Lloc: Plaça del Consell de la Vila



ARRI ARRI TATANET

Activitats per als més menuts de la casa

MÚSICA PER A NADONS



Dimarts, 17 de març, a les 17.30 h

Aforament limitat

Preu entrada: 3,30 €

Pots comprar les entrades al web

Experiència musical participativa en què de la mà i les cançons de Sol Pintasueños viatjarem i participarem en el ritme i el sol. Activitat a cura de Sol Homar, percussionista i mare.

Espectacle recomanat per a famílies amb infants des dels 6 fins als 36 mesos.



ACTIVITATS PER A JOVES

ESPAIS LABORATORI

G

Consulteu les dates de matrícules a joves.sarria@qsl.cat, trucant al 93.256.27.20 o bé al web <http://ajuntament.barcelona.cat/ccivics/sarria> durant el mes de desembre i gener.

ESPAI LABORATORI LLISCAMENT (joves a partir de 12 anys)

Dissabtes de 12 a 14 h
Gener, Febrer i març
Preu: Gratuït (10 sessions)

Practiquis Skate, Hoover, Street o Longboard, aquest és el teu espai. De la mà de monitors especialitzats aprendrem les tècniques específiques de cada una d'aquestes disciplines, lliscarem per les pistes dels Jardins i farem els "trucs" i salts més espectaculars
Lloc: Pista dels Jardins de Vil·la Cecília
A Càrrec de Raúl Lobato



SUPORT A LA CREACIÓ

MÍNIM CONVOCATÒRIA



Projecte de mostra i suport a la creació per a les arts de l'escena, la imatge, la música i més. És MÍNIM perquè cada peça o obra en creació tindrà un màxim de 5 minuts per a presentar-se. Recollida de propostes durant els mesos de **gener i febrer**. Podeu consultar-ne les bases i accedir a la fitxa d'inscripció al web <http://ajuntament.barcelona.cat/ccivics/sarria>

MÍNIM MOSTRA



G

**Divendres, 20 de març,
a les 19.30 h**

Espai de mostra, recerca i trobada que recull peces mínimes en creació i les posa davant d'un públic. Al final de cada **MÍNIM** es comunicarà la persona guanyadora de l'edició, que rebrà un premi econòmic pel seu projecte artístic.

ACTIVITATS

CICLE DE CONCERTS AL SOTERRANI



El darrer divendres de cada mes us convidem a les sessions de música en directe al soterrani del Centre Cívic. Hi trobareu els grups que assagen als nostres bucs, bandes convidades i una *Jam Session* oberta i participativa.



CONCERT AL SOTERRANI

Divendres, 24 de gener,
a les 22 h
Preu: 3,30 €

Grups a Determinar
Coorganitza: Coordinadora de
Rock de Sarrià

CONCERT AL SOTERRANI

Divendres, 27 de març,
a les 22 h
Preu: 3,30 €

Grups a Determinar
Coorganitza: Coordinadora de
Rock de Sarrià

MICRO OBERT & JAM SESSION



Divendres, 21 de febrer,
a partir de les 22 h

Jam Session oberta i participativa de Música Moderna al Soterrani. Obrirà la jam la Backing Band CRS, qui conduirà la sessió. Consulta el *Set List*, al facebook de la Coordinadora de Rock de Sarrià! I recorda, si tens una banda, podeu apuntar-vos totes a trepitjar l'escenari. *Back Line*, escenari i tècnic a disposició. Escolta, toca, participa, gaudeix!
Coorganitza: Coordinadora de Rock de Sarrià.



EXPOSICIONS

“RECORDS DELS ANYS 50 I 60”**De l'1 al 30 de gener**

Partint de tres temàtiques: “com es feia abans”, “homenatge a les dones” i “imatges del Somorrostro”, en aquesta exposició, podrem visualitzar l'evolució social d'aquests 50 anys i descobrir un testimoni de la història contemporània del nostre país.

Exposició a càrrec de www.barcelonafotoantic.com

**“LA LLUM DE LES LLETRES”****De l'1 al 31 de gener**

Combinat de fotografia i poesia
A càrrec del Centre d'Higiene Mental les Corts

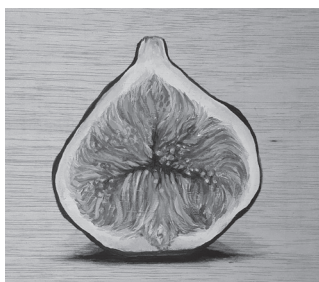
“VA DE FLORS”**De l'1 de febrer al 31 de març**

Exposició que forma part de les jornades “De figures i flors” dedicades al cos de les dones i a la botànica al mateix temps en la que veurem part del treball minuciós d'aquesta fotògrafa de flors. No te les acabes! En té centenars!

Fotògrafa: Yaya Sisa.

**“COL·LECTIVA DE FIGUES I FLORS”****Del 2 de febrer al 31 de març**

Exposició de diferents artistes plàstics que acull la reflexió sobre la producció de les dones lligada al propi cos vinculada a altres produccions com les fruites o les flors, dins les jornades “de figures i flors” dedicades al cos de les dones i a la botànica al mateix temps.



SERVEIS

SERVEIS PER A JOVES

BUCS D'ASSAIG



Locals d'assaig musical.

Disposem de dos espais especialment dissenyats perquè els músics joves puguin reunir-se, assajar i treballar en les seves propostes musicals. Són dos 2 bucs insonoritzats i amb aire condicionat que es lloguen mensualment a preus assequibles. Els grups que hi assagen entren en el circuit i programació de concerts de la CRS. Els bucs estan equipats amb material de la Coordinadora de Rock de Sarrià, que és qui gestiona el servei: bateria, amplificadors de guitarra i baix, equip de veus, teclat... (Peavey, Hughes & Kettner, Fender, Pearl, Yamaha, etc...). Horaris de dilluns a dissabte i de 10 h a 20.30 h.

LA TRAMOIA



Et cal un espai per assajar o un lloc on puguis mostrar el que estàs fent?

Programa de residències trimestrals que vol donar suport a artistes i companyies emergents de teatre, dansa, música o altres disciplines de la ciutat i del districte de Sarrià - Sant Gervasi, en connexió amb els cicles Llençart, Rusc i Mínim del Centre Cívic, així com amb altres espais i propostes del centre i del conjunt de la ciutat.

ESPais LABORATORI. ESPais JOVES

Els Espais Laboratori són espais de formació gratuïts per a joves de 12 a 18 anys. Temps d'aprenentatge i creació en diferents disciplines, per aprendre i per passar-s'ho bé, de la mà de professionals del sector. Són càpsules d'introducció a diferents sabers. Aquest hivern seguim amb el taller d'**streetboard** molts dels dissabtes d'hivern a la pista dels jardins de la Vil·la Cecília.

T'interessen? Espais gratuïts amb inscripció prèvia. Informa-te'n al Centre Cívic. Si el que vols fer és dansa, cinema, música, fotografia o altres, pots proposar-nos un espai laboratori nou! Atenció: Si sou un col·lectiu, també us podem fer un **espai laboratori a mida**. Per a contactar amb els serveis, podeu trucar al 93 2562720 o bé escriure a joves.sarria@qsl.cat

OFERTA PERMANENT

ESPAI INFANTIL EL PARC

Servei de lleure i joc a l'espai obert del jardí de Santa Cecília per a famílies amb nens i nenes fins a 6 anys. Disposem de jocs i elements lúdics d'exterior per a compartir un espai de lleure amb la família i l'entorn natural

Horari d'hivern: de dilluns a divendres, de 10 h a 13 h i de 16 a 19 h i dissabtes de 10 a 13 h.

AULA MULTIMÈDIA

L'aula multimèdia disposa d'un horari diari de lliure accés per als usuaris i usuàries que en vulguin gaudir. Els horaris varien cada trimestre i cal consultar-los al punt d'informació del centre cívic.

Si ets menor de 16 anys has de venir acompanyat o acompanyada d'una persona adulta.

Horari: de dilluns a divendres de 9 a 20:30 h

En el cas que el centre cívic faci ús de la sala multimèdia per a activitats dirigides dins dels horaris oberts ho notificarà mitjançant cartells que col·locarà a la mateixa aula i a la pàgina web

BAR – CAFETERIA CENTRE CÍVIC SARRIÀ

Obert de dilluns a divendres, de 9 a 20 h, i dissabtes, de 10 a 20 h

Tel. 646 016 003 i 690 736 197
ramonorli@hotmail.com

CESSIÓ D'ESPAIS

El centre cívic Sarrià disposa d'un servei de cessió d'espais i infraestructures per a empreses, persones físiques i entitats sense ànim de lucre.

Podeu trobar més informació visitant el web www.bcn.cat/ccsarria, enviar-nos un correu a cessions.sarria@qsl.cat o trucar al 93 256 27 20.

SALA D'EXPOSICIONS

Disposem de dues sales d'exposicions de 25 m2 cadascuna i 9 carrils expositors que en total fan 12 metres lineals. L'objectiu de les sales és proporcionar un espai de mostra i coneixement de l'obra de l'artista així com complementar diferents activitats del centre mitjançant exposicions que hi estan relacionades.

Un altre espai habilitat per realitzar exposicions és el bar de l'equipament, destinat a exposar fotografies d'artistes amateurs per tal d'oferir un espai on mostrar i donar a conèixer la seva obra.

De dilluns a divendres, de 9 a 21 h, i dissabtes de 10 a 21 h
Consulteu-ne la disponibilitat i les condicions d'ús al web www.bcn.cat/ccsarria o escrivint un correu electrònic a exposarria@qsl.cat o bé trucant al Centre Cívic Sarrià: 93 256 27 20.

CONNEXIÓ WI-FI

Espai per poder-vos connectar a Internet de forma gratuïta a través dels vostres portàtils o PDA.

De dilluns a divendres, de 9 a 21 h, i dissabtes, de 10 a 21 h

SERVEIS

LA TRAMOIA (ESPAI D'ASSAIG)

Servei que dona suport a la creació artística i cultural posant a disposició espais d'assaig a canvi d'una contraprestació, col·laborant dins la programació d'arts escèniques de l'equipament. Tens un grup de teatre, de dansa o vols gravar un curt? Aquest és el teu espai! joves.sarria@qsl.cat

BUCS D'ASSAIG

La CRS (Coordinadora de Rock de Sarrià) gestiona dos bucs d'assaig insonoritzats, que es lloguen per hores, perquè els músics puguin reunir-se, assajar i treballar en les seves propostes musicals. Els locals estan equipats amb material propi: bateria, amplificadors de guitarra i baix, equip de veus...

De dilluns a dissabtes, de 10 a 20.30 h. Cal consultar prèviament la disponibilitat trucant al centre cívic o escrivint a rocksarria@gmail.com o joves.sarria@qsl.cat

Gestionat per la Coordinadora de Rock de Sarrià (CRS)

PUNT DE BOOKCROSSING "ALLIBERA EL TEU LLIBRE"

Espai autogestionat d'intercanvi de llibres on pots deixar algun dels teus llibres perquè algú altre se'n pugui beneficiar i triar-ne algun altre dels que hi ha a la prestatgeria del centre cívic.

De dilluns a divendres, de 9 a 21 h, i dissabtes, de 10 a 21 h.

RECOLLIDA DE TAPS SOLIDARIS

Recollida de taps de plàstic per contribuir amb la campanya solidària "Destapa la teva solidaritat" promoguda per la fundació Grup d'Afectats d'Esclerosi Múltiple (GAEM). La finalitat és recollir el màxim nombre de taps de plàstic i entregar-los a GAEM per tal que recaptin fons per a projectes d'investigació destinats a combatre l'esclerosi múltiple. De dilluns a divendres, de 9 a 21 h, i dissabtes, de 10 a 21 h.

PUNT VERD

Recollida de roba i sabates. De dilluns a divendres, de 9 a 21 h, i dissabtes, de 10 a 21 h

KONSULTA'M

Nou servei adreçat a adolescents i joves d'entre 12-22 anys, als seus familiars i professionals que treballen amb aquest col·lectiu, amb l'objectiu de detectar, atendre, orientar i acompanyar de manera preventiva el patiment psicològic i els problemes de salut mental d'aquesta etapa.

Us hi podeu adreçar sense cita prèvia al centre cívic Sarrià els dilluns de 15.30 a 19.30 h o enviant un correu electrònic a: konsultam@chmcorts.com

ENTITATS I GRUPS FORMALS

ASSOCIACIÓ TRASTORN ESPECTRE AUTISTA-AS- PERGER DE CATALUNYA

Esplai per a infants de 4 a 14 anys afectats per TEA

Es troben quizenalment els dissabtes a la tarda al centre cívic Sarrià.

Per a més informació:

www.aspergercat.es

AGRUPAMENT ESCOLTA SANT IGNASI

Agrupament per a infants i adolescents, des dels 6 fins als 17 anys, incloent-hi la participació dels pares i mares i també de joves a partir dels 18 anys, que es vulguin implicar en la realització d'un voluntariat com a monitors.

Es troben els dissabtes de 16 a 19 h al centre cívic Sarrià

Per a més informació:

www.aesantignasi.org

CLUB VELERS COLLSEROLA

Fundat l'octubre de 1985, compta amb 134 socis i es consolida com el club més gran d'Europa que practica el vol silencios per control de ràdio.

Es reuneixen els darrers dimarts de cada mes al Centre Cívic Sarrià.

Per a més informació:

www.clubvelerscollserola.org

COL·LECTIU DE PERSONES GRANS

Grup de persones majors de 60 anys que organitzen sortides culturals, activitats de lleure i col·laboren en l'organització d'activitats de l'equipament dirigides a la gent gran i activitats intergeneracionals.

Es troben els dimarts i dijous, de 17 a 19 h, al centre cívic Sarrià.

COORDINADORA DE ROCK DE SARRIÀ (CRS)

L'Associació Coordinadora de Rock de Sarrià té com a objectiu promocionar i difondre la cultura musical de base. L'entitat desenvolupa aquesta tasca des del 1998, mitjançant la gestió dels bucs d'assaig de l'equipament i participa en la dinamització juvenil del centre cívic amb la programació musical.

Cada últim divendres de mes organitza una jam session o un concert a l'equipament per donar oportunitats a joves músics.

Per saber-ne més: <https://>

www.facebook.com/crs.sarria

COR INFANTIL ESQUELLERINC

Fundat l'any 1965 per membres del Cor Madrigal, amb la finalitat de fer gaudir de la música els infants de 5 a 16 anys mitjançant el cant coral.

Es troben cada dissabte al matí d'11 a 13 h al centre cívic Sarrià.

Per a més informació: www.agrupaciocormadrigal.org/es-quellerinc o trucant al 93 256 27 20 i preguntant per la persona responsable.

CORAL RASPINELL

Coral de cultiu de la música tradicional catalana i clàssica. Es troben els dimarts d'11.30 a 13 h al centre cívic Sarrià. Per a més informació podeu trucar al 93 256 27 20 i preguntar per la persona responsable.

DONES FEM

Grup obert format per dones de diferents edats, situacions personals i **diferents** punts del Districte de Sarrià-Sant Gervasi. Es reuneixen els dijous quizenalment per organitzar activitats dirigides a la població en general.

Pots contactar-hi trucant al 93 256 27 20 o escrivint a dones_fem@hotmail.com. Per a més informació: <http://donesfem.blogspot.com.es>.

ENSEMBLE... EM SEMBLA BÉ! ORQUESTRA

Orquestra formada per a infants i joves amb discapacitat intel·lectual que treballa amb instruments de corda i vent i el treball vocal i narratiu. Es troben els dissabtes de 10 a 14 h al centre cívic Sarrià. Per saber-ne més: <https://www.facebook.com/ensembleemsemblabe.orquestra>

GRUP DE PETANCA

Apassionats del popular esport la petanca. Organitzen campionats amb altres equipaments del Districte coincidint amb la Festa Major del barri i per a la jornada de portes obertes de l'equipament. Es troben de dilluns a diumenge de 10 a 13 h a les pistes del jardí de Vil·la Cecília.

GRUP DE POESIA

Amants de la poesia que organitzen trobades poètiques intergeneracionals amb recitals de poemes propis o amb paraules d'altres autores i autors i ens transmeten la seva passió per la poesia a tots nosaltres. Es troben els dimecres a les 17.30 h al centre cívic Sarrià.

GRUP DE DÒMINO

Jugadors del popular joc de taula, el dòmino. Organitzen campionats dos cops l'any coincidint amb la Festa Major del barri i per a la Festa del Casal. Es troben de dilluns a divendres a la tarda al centre cívic Sarrià.

GRUP DE TERTÚLIA: L'ART D'ESCOLTAR I DEBATRE

Amants de la tertúlia es reuneixen per debatre diferents temes i escoltar els diferents punts de vista dels assistents. Es troben els dilluns a les 18 h al centre cívic Sarrià.

GRUP LA TRIBU

Grup de mares amb nadons o infants menuts de l'Espai Infantil El Parc que es troben per jugar, xerrar, compartir estones i activitats. Es troben els matins a l'Espai Infantil El Parc.

Segueix-nos
a les xarxes socials
i al web del centre cívic!

Instagram



Twitter



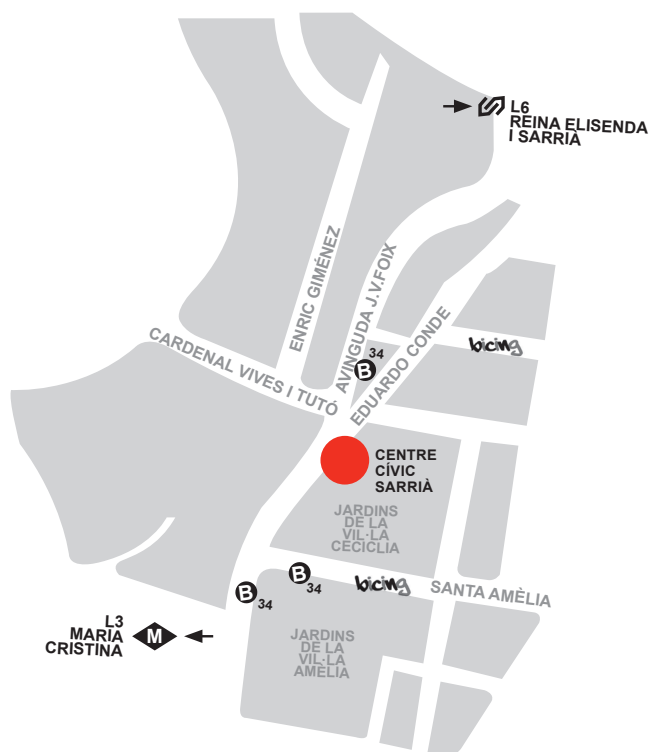
Facebook



Web



Escaneja el codi QR
amb el teu mòbil

**ADREÇA**

C/ Eduardo Conde, 22-42. 08034
Barcelona
Tel.: 93 256 27 20
Fax.: 93 256 27 24
ccsarria@qsl.cat
Gestió tècnica: QSL

HORARIS

De dilluns a divendres
de 9 a 21 h

Dissabtes
de 10 a 21 h

FGC. Reina Elisenda i Sarrià
Metro: L3 Maria Cristina
Bus: 6, 34, 63, 66, 70, 78, 130,
V3 i V5

Segueix-nos a les xarxes socials:
ccivics.bcn.cat/sarria
facebook.com/ccsarria
instagram.com/ccsarria
twitter.com/ccivicsarria
ajuntament.barcelona.cat/sarria-santgervasi



**Districte de
Sarrià-Sant Gervasi**