

Centre Cívic Matas i Ramis

PROGRAMACIÓ TARDOR 2020

Setembre, octubre, novembre, desembre 2020

Matas i Ramis



Ajuntament de
Barcelona



	<i>Dia</i>	<i>Hora</i>	<i>Activitat</i>	<i>Tipus</i>
SETEMBRE	8	19:30	Xerrada online: QUÈ ÉS LA MÚSICA ANTIGA? Vinculada a Caf� Concert. Antiquis temporibus	Xerrada musical online
	10	21:00	Concert Barcelona Districte Cultural: REFUGI de MARC PARROT	Música d'autor
	18	19:30	Conversa amb MARINA HERLOP. Activitat vinculada a IN-EDIT	Xerrada musical
	18	20:00	IN-EDIT On Tour: SHUT UP AND PLAY THE PIANO de Phillip Jedicke	Documental musical
	19	11:30	EL PEIX IRISAT de CIA TANAKA	Teatre familiar
	21	19:30	Xerrada online: ELS INSTRUMENTS DE PERCUSSIÓ MIEIEVALS. Vinculada a Caf� Concert. Antiquis temporibus	Xerrada musical online
	29	19:00	Concert amb tapa JAZZ TAST	Jazz
OCTUBRE	3	11:30	Petit cineclub: WOLF OF CHILDREN	Cinema familiar
	9	19:30	Caf� Concert: Antiquis temporibus. DIALOGO DELLA MUSICA ANTICA ET DELLA MODERNA amb TRINACRIA DUO	Música clàssica
	16	20:00	IN-EDIT On Tour: SI ME BORRARA EL VIENTO LO QUE YO CANTO de David Trueba	Documental musical
	17	11:30	Petit cineclub: ZOG, DRACS I HEROINES	Cinema familiar
	23	21:00	Concert Barcelona Districte Cultural: KOKO JEAN & THE TONICS featuring Dani Nel-lo	Jazz, R&B
	29	18:00	Concert Castanyada amb LALI BEGOOD	Música familiar
	31	11:30	Petit cineclub: ZIBILA I EL PODER DE LES RATLLES	Cinema familiar
NOVEMBRE	6	19:30	Caf� Concert: Antiquis temporibus. ELOGI DE LA DANSA amb QUADRIVIVUM ENSAMBLE	Música clàssica
	13	20:00	IN-EDIT On Tour: A LIFE IN WAVES de Brett Whitcomb	Documental musical
	14	11:30	Petit cineclub: SOLAN & ERI	Cinema familiar
	20	21:00	Concert Barcelona Districte Cultural: FANG I NÚVOLS de MAGALÍ SARE & MANEL FORTIÀ	Música d'autor/ Jazz
	21	12:00	Festival SIMFÒNIC amb Escola de Música Virginia Blanch	Festival musical familiar
	24	19:00	Concert CLÀSSICA A HORTA-GUINARDÓ. El classicisme a Viena i a Barcelona	Música clàssica
	27	20:00	MAREA LILA de RODAULTORS: situació de la dona a la can� d'autor+micro obert	Dona 25N
DESEMBRE	11	19:30	Caf� Concert: Antiquis temporibus. EL SECRET DE LES MUSES amb DUO AMORIA	Música clàssica
	12	11:30	Petit cineclub: JACOB, MIMI I ELS GOSSOS DEL BARRI	Cinema familiar
	18	20:00	IN-EDIT On Tour: THE BLACK POWER MIXTAPE de G�ran Olsson	Documental musical
	19	11:00/12:00	Concert Barcelona Districte Cultural: PINTAMÚSICA de VIU EL TEATRE	Música familiar



MARC PARROT - Refugi

Dijous, 10 de setembre, a les 21.00 h

REFUGI és la darrera proposta escènica del Marc Parrot. Davant la necessitat de construir un espai confortable i íntim on interpretar les seves cançons, el músic ha girat per bona part de la geografia catalana amb una petita iurta de 9 metres de diàmetre on trenca les barreres de l'escenari i comparteix amb el públic un espai comú que no permet trucs ni artificis.

La producció, avalada per festivals com el Grec Festival de Barcelona o el Mercat de Música Viva de Vic i l'(a)phònica, ha esgotat les entrades a totes les poblacions per on ha passat fins ara. En aquesta segona etapa de la gira pel Barcelona Districte Cultural, sense l'aixopluc d'un espai propi, el repte està a trobar aquest refugi en les pròpies cançons. Vestir-les amb allò més essencial i amb un relat musical únic i singular, crear la complicitat amb el públic per trobar un moment de refugi compartit i irrepetible en cada concert. Aquest clima íntim i confident ens permet moure'ns per un repertori ple de contrastos i sorpreses.

Activitat gratuïta amb reserva prèvia al web



KOKO-JEAN & THE TONICS featuring Dani Nel-lo

Koko-Jean, veu; Dani Baraldes, guitarra; Víctor Puertas, Hammond; Anton Jarl, bateria; Dani Nel-lo, saxo

Divendres, 23 d'octubre, a les 21.00 h

Una veu que se't menja pels ulls. Un ritme que es fa fort dins del cos. Un groove que et devora amb llavis explosius. Una veu i un saxo... una guitarra, un teclat i una bateria... i junts, tots cinc, escal-faran l'escenari fins que el foc de la seva música no et deixi parar quiet. Quan van començar feien soul-blues, però per revolucionar encara més la màquina van decidir incloure unes notes de funk. I, per si la barreja no era encara prou explosiva, van decantar-la una mica i van agafar una dreuera que els va apropar fins a Nova Orleans, pàtria del ritme i de la bona música, bressol del New Orleans funk. Aquest és el camí que van recórrer Koko-Jean Davis i la seva banda, The Tonics (el guitarrista Dani Baraldés i el bateria Anton Jarl, amb el Hammond de Víctor Puertas), un camí que els ha portat a triomfar als escenaris i a enregistrar un primer treball discogràfic, Hair Whip, de només quatre temes, que els ha produït el saxofonista Dani Nel-lo.

Activitat gratuïta amb reserva prèvia al web

MÚSICA

BARCELONA DISTRICTE CULTURAL

MAGALÍ SARE & MANEL FORTIÀ - Fang i núvols

Magalí Sare, veu i percussions; Manel Fortià, contrabaix

Divendres, 20 de novembre, a les 21: 00 h

Magalí Sare i Manel Fortià busquen noves sonoritats, noves maneres de desmuntar, i remuntar, estàndards de jazz i músiques d'arrel, sigui del folklore català o del que ens arriba des de l'altra banda de l'Atlàntic. Cançons que després de ser tamisades per les cordes del contrabaix de Manel Fortià i les floritures vocals de Magalí Sare desprendran unes aromes que ens recordaran allò que una vegada vàrem escoltar encara que el seu perfum sigui un altre. Un perfum embriagador i canviant perquè la improvisació forma part sempre del seu repertori.



Activitat gratuïta amb reserva prèvia al web

CAFÈ CONCERT

Antiquis temporibus. Músiques oblidades de temps antics

Què hi havia abans de la música clàssica? Com sonava la música de l'època medieval i del Renaixement? La música del Barroc sonava igual en la seva època que com estem acostumats a escoltar-la en els nostres dies?

Generalment, s'entén per Música Antiga la música composta fins al 1750. Més enllà d'aquesta delimitació temporal, acostuma a anar vinculada a la interpretació musical amb criteris històrics que volen reconstruir la sonoritat de l'època.

Proposta didàctica

Amb Octavio Beltrán, musicòleg especialitzat en instruments de percussió antics. Estrena online al nostre canal de Youtube.

QUÈ ÉS LA MÚSICA ANTIGA?

Dimarts, 8 de setembre, a les 19.30 h

ELS INSTRUMENTS DE PERCUSSIÓ MEDIEVALS

Dimarts, 22 de setembre, a les 19.30 h

MÚSICA

CAFÈ CONCERT

Cicle de concerts

TRINACRIA DUO - Dialogo della musica antica et della moderna



Laetitia Barbera, mandolina; Raúl Sandin, guitarra.

Divendres, 9 d'octubre, a les 19.30 h

Des de temps immemorials i a diverses cultures, els instruments de corda polsada han estat alguns dels favorits de grans compositors. En aquest concert, farem un recorregut des de la música dels trobadors fins al Barroc.

Obres de Bernard de Ventadorn (1130-1200), de la compositora filòsofa i científica Hildegarda von Bingen (1098-1179), Vincenzo Galilei (pare de Galileu Galilei) Dowland, Vivaldi, Purcell, etc.
Activitat gratuïta amb reserva prèvia al web

QUADRIVIUM ENSEMBLE - Elogi de la dansa

Alejandro Correa, violí; Iván Lorzana, violoncel; i, Octavio



Beltrán, flautes i percussions

Divendres, 6 de novembre, a les 19.30 h

Concert de danses medievals de França, Itàlia, Anglaterra i Catalunya on apreciarem les seves diferències estilístiques.
Activitat gratuïta amb reserva prèvia al web

MÚSICA

CAFÈ CONCERT

DUO AMORIA - El secret de les muses

Raúl Sandín, guitarra; Teresa Rojas, mezzosoprano

Divendres, 11 de desembre, a les 19.30 h

Un recorregut per la música del Renaixement que conjuga melodies populars de l'època així com els recursos més sofisticats de composició, contrapunt i polifonia. Aprofitarem per fer un homenatge a Ma Teresa Agnesi Pinottini (1720-1795), una gran compositora italiana pràcticament desconeguda i de la qual en reivindiquem la seva obra.



Obres del Llibre Vermell de Montserrat, Narvaéz, Bennet, Tromboncino, Dowland, Agnesi, Daça, Marín i Du Bally.

Activitat gratuïta amb reserva prèvia al web

Concerts gratuïts amb reserva prèvia al web. A les 19.15 h es projectarà el vídeo introductor del cicle **“QUÈ ÉS LA MÚSICA ANTIGA?”** abans de cada sessió.

En funció de les possibles restriccions sanitàries del moment, els concerts es faran en format dual presencial/streaming o bé únicament en streaming.

ALTRES CONCERTS

MAREA LILA DE RODAUTORS: SITUACIÓ DE LA DONA A LA CANÇÓ D'AUTOR + MICRO OBERT

A càrrec de: Alba Mirás, Anna Andrés, Alba Luz i Irene González.

Divendres, 27 de novembre, de 20.00 a 22.00 h

El col·lectiu Marea Lila, de l'associació de cantautors/es Rodautors, oferirà una xerrada sobre la situació de la dona al món de la cançó d'autor i la necessitat de crear espais no mixtes per a fer visible la lluita feminista als escenaris, amb un espai posterior de micro obert per a totes les assistents que vulguin participar. *Organitza: Marea Lila de l'associació de cantautors/es Rodautors i Centre Cívic Matas i Ramis.*

MÚSICA

ALTRES CONCERTS

Jazz Tast

Dimarts, 29 de setembre, a les 19.00 h

Concert de Jazz vinculat a un tast de tapa i beguda durant el concert. *Activitat emmarcada en el cicle JazzTast and Friends que organitza el CC Carmel.*

Clàssica a Horta-Guinardó

El Classicisme a Viena i Barcelona

Manuel Malandrini, piano

Dimarts, 24 de novembre, a les 19.00 h

El 1790, un any abans de la mort de Mozart a Viena, Carles Baguer esdevé organista de la Catedral de Barcelona. Baguer va ajudar a introduir els models instrumentals de l'Escola de Viena i va escriure tres simfonies per a tecla l'any 1808, poc abans de la seva mort per a ajudar a l'aprenentatge dels principiants.

El gran referent de l'Escola de Viena, és Wolfgang Amadeus Mozart. Les sonates kv 330 i kv 333 les va compondre l'any 1783, en un viatge amb seva dona Constança a Salzburg. La primera durant l'estiu i la segona de tornada a Viena en una escala a Linz. Obres de C. Baguer i W.A. Mozart.

Festival Simfònic

Dissabte, 21 de novembre, a les 12.00 h

100 concerts simultanis i gratuïts a 100 espais de Catalunya i Balears realitzats per més de 5.000 estudiants d'escoles de música. Participem en el Festival Simfònic amb el concert de l'Escola de Música Virgínia Blanch.



MÚSICA

IN-EDIT ON TOUR

SHUT UP AND PLAY THE PIANO

Divendres, 18 de setembre

A les 19.30 h: Conversa amb Marina Herlop

A les 20.00 h: Projectió documental

Director: Phillip Jedicke // Alemanya // 82' // Any: 2018 // VOSE

El van batejar com Jason Charles Beck, però també se'l coneix com a Chilly Gonzales. Ha estat considerat el pitjor cantant de rap del món, però

és admirat per Jarvis Cocker o Daft Punk. És pianista i cantant, però també és actor. Va néixer en una família rica del Canadà, però es va convertir en estrella a l'escena punk berlinesa dels noranta. És un entertainer, però el que desitja, per sobre de totes les coses, és commoure el seu públic. Així és Chilly Gonzales, ridícul i transcendent a parts iguals. Shut up and Play the Piano ("Calla i toca el piano"), que es va presentar al Festival de Berlín, recull la trajectòria vital i professional de Gonzales des de la seva infantesa al Canadà fins a la seva arribada al mogut Berlín dels anys noranta.

Activitat gratuïta amb reserva prèvia al web. Entrada conjunta per a les dues activitats.



SI ME BORRARA EL VIENTO LO QUE YO CANTO

Divendres, 16 d'octubre, a les 20.00 h

Director: David Trueba // Espanya // 89' // Any: 2019 // VO castellà

La reveladora història del cantautor Chicho Sánchez Ferlosio i del seu disc clandestí Canciones de la resistencia española, de 1963, que va esdevenir un símbol antifeixista a Escandinàvia, a Llatinoamèrica i a l'Alemanya de l'Est.

L'estiu de 1963, dos estudiants suecs van viatjar fins a Madrid amb un magnetòfon adossat als baixos del cotxe. El seu objectiu: gravar d'amagat cançons de Chicho Sánchez Ferlosio. El film ens descobreix l'home rere aquells "himnes" que molts erròniament prenien per cançons de



MÚSICA

IN-EDIT ON TOUR

la Guerra Civil: el fill díscol de l'escriptor Rafael Sánchez Mazas, fundador de Falange Española, coautor del "Cara al sol" i encunyador de la consigna "¡Arriba España!" *Activitat gratuïta amb reserva prèvia al web*

A LIFE IN WAVES

Divendres, 13 de novembre, a les 20.00 h

Director: Brett Whitcomb // Estats Units // Any: 2017 // VOSE

El màgic i càndid món de Suzanne Ciani, pionera de la música electrònica i dels efectes musicals per a publicitat. Són marcians de cintes modulars, sensualitat a dojo, reinvenció new age i una irreductible força de voluntat per prosperar en un negoci en què no tenia altre remei que ser millor que els homes. *Activitat gratuïta amb reserva prèvia al web*



THE BLACK POWER MIXTAPE

Divendres, 18 de desembre, a les 19.00 h

Director: Göran Olsson // Estats Units, Suècia // 93' // Any: 2011 // VOSE



Això és un descobriment històric de primer ordre. S'exhuma l'extens metratge d'època sobre nou anys de nacionalisme negre filmat amb ulls frescos per un grup de periodistes suecs al llarg dels anys 60 i 70. És a dir: metratge inèdit, mai vist, rotllos i més rotllos, sobre un dels períodes més convulsos del segle XX, i a sobre recollit per estrangers que

van buscar "mostrar Amèrica com realment és". Göran Olsson edita aquest tresor amb l'ajuda de personalitats rellevants de la cultura negra, tot mostrant la història amb un punt de vista completament nou i mil fotogrames exclusius.

Activitat gratuïta amb reserva prèvia al web

ESCENA FAMILIAR

TEATRE

EL PEIX IRISAT de Tanaka Teatre

Dissabte, 19 de setembre, a les 11.30 h

- Inspirat en la col·lecció de contes il·lustrats de Marcus Pfister

- Una història per descobrir el fons del mar i el valor de l'amistat.

Durada: 40 minuts

Activitat gratuïta amb reserva prèvia al web



MÚSICA

FESTA DE LA CASTANYADA: CONCERT DE LALY BEGOOD I ACTIVITATS

Dijous, 29 d'octubre, a partir de les 16.30 h

16.30 h: Berenar de tardor, castanyes i activitats per a la mainada

18.00 h: Concert de Laly Begood. Presenta "Dancing Feet"

En un teatre, sobre una petita tarima o fins i tot a peu de terra, les cançons del nou disc Futur-Oh! i de l'anterior, En un planeta blau, es transformen una vegada i una altra. Cada concert és únic i irrepetible. La improvisació, la proximitat i l'energia del duet fan de Dancing Feet un concert de música realment familiar, interactiu i altament ballable.

Activitat gratuïta amb reserva prèvia al web

PINTAMÚSICA de Viu el Teatre

Dissabte, 19 de desembre, a les 11.00 h i a les 12.00 h

Pintamúsica és un viatge als sentits que juga amb uns sons que són com carícies i amb uns colors i unes formes que semblen sortir de la boca d'un saxofon... Aquest és un viatge pensat per despertar en els més petits (s'adreça a nens de fins a quatre anys) la passió



per descobrir tot allò que les arts (les pictòriques, les escèniques i les musicals) poden aportar a la nostra vida, tota la bellesa que ens poden regalar, tota la calma que ens poden oferir,

ESCENA FAMILIAR

MÚSICA

tota la saviesa que vessen i que ens han d'ajudar a formar-nos i a créixer.

Tres actors-músics-cantants a l'escenari dibuixen amb els seus instruments, amb les seves mans, amb les seves veus, un quadre que ens remet a les línies fermes i els colors purs dels quadres de Joan Miró mentre ens fan viatjar, dia rere dia, mirada rere mirada, so rere so, per una natura i un paisatge que van florint i morint al llarg de l'any. Un passeig que compta amb l'ajut (inestimable) de Vivaldi i les seves Quatre estacions.

Activitat gratuïta amb reserva prèvia al web

CINEMA PETIT CINECLUB

WOLF CHILDREN

Dissabte, 3 d'octubre, a les 11.30 h

Japó // 2012 // 117' // castellà

Edat recomanada: a partir de 7 anys

La Hana encara és una noia jove quan s'enamora d'un noi llop, amb qui tindrà dos fills ben especials: l'Ame i en Yuki, que van néixer també amb la capacitat de convertir-se en llops. Aquesta petita obra d'art és alhora un al·legat en defensa de la natura. Film guardonat amb múltiples premis, entre els quals el de millor pel·lícula d'animació dels Premis de l'Acadèmia Japonesa i pel Festival de Sitges 2012.

Film guardonat amb múltiples premis, entre els quals el de millor pel·lícula d'animació dels Premis de l'Acadèmia Japonesa i pel Festival de Sitges 2012.

Activitat gratuïta amb reserva prèvia al web



ZOG, DRACS I HEROÏNES

Dissabte, 17 d'octubre, a les 11.30 h



Regne Unit, Rep. Txeca, Suïssa, França, Bèlgica, EUA // 2018 // 60' // català

Edat recomanada: A partir de 3 anys

El Zog és un drac que va a escola per aprendre a volar, a treure foc per la boca i a raptar princeses. No se'n surt mas-

ESCENA FAMILIAR

CINEMA PETIT CINECLUB

sa bé, però va superant els obstacles gràcies a l'amistat d'una princesa que l'ajuda i li fa entendre que no han de ser el que el món espera d'ells. Una història acompanyada de quatre curts protagonitzats per nenes valentes i imaginatives.

Activitat gratuïta amb reserva prèvia al web

ZIBILA I EL PODER DE LES RATLLES

Dissabte, 31 d'octubre, a les 11.30 h

França, Bèlgica, Espanya // 2020 // 55' // català

Edat recomanada: A partir de 3 anys

La Zibila és una zebra adoptada per una família de cavalls. En el seu primer dia d'escola, els seus companys la tracten diferent i se'n riuen d'ella per tenir ratlles, però gràcies a una gran aventura amb el seu amic Carino recuperarà la seva confiança.

Vine a conèixer la Zibila i el poder de les seves ratlles! Una història acompanyada de tres curts per celebrar la diversitat.



SOLAN & ERI

Dissabte, 14 de novembre, a les 11.30 h

Noruega // 2018 // 80' // català

Edat recomanada: A partir de 5 anys

50 anys després de la mítica arribada de l'home a la Lluna, el Solan i l'Eri s'embarquen en una aventura espacial, per fer-hi el segon pas. Amb l'ajuda del seu amic inventor i d'enginyoses eines, aconseguiran construir la seva nau i arribar a l'espai?

Una pel·lícula plena de detalls imaginatius i personatges entranys amb un rerefons irònic sobre els esdeveniments polítics actuals.



ESCENA FAMILIAR

CINEMA PETIT CINECLUB

JACOB, MIMI I ELS GOSSOS DEL BARRI

Dissabte, 12 de desembre, a les 11:30 h

Polònia // 2019 // 70' // català
Edat recomanada: A partir de 7 anys

En Jacob és un nen de 7 anys que viu a la ciutat. Un dia el seu pare ha de marxar per negocis durant uns dies i haurà de passar una setmana amb el seu oncle i la seva cosina Mimi, amb la qual viurà una gran aventura juntament amb una colla de gossos de carrer.

Una pel·lícula que planteja el problema de la gentrificació pels més petits i que ens mostra la força de la unió entre diferents per poder defensar causes comunes.



ARTS VISUALS

MICROCOMISSARIATS

Convocatòria Projecte Pankhurst

De l'1 al 30 de novembre

Projecte Pankhurst és un projecte expositiu de temàtica feminista que s'emmarca dins del cicle de comissariat emergent Microcomissariats. A través d'una convocatòria, es fa una crida a artistes i comissàries a produir una exposició que serà mostrada al Centre Cívic Matas i Ramis del 17 de febrer al 15 de març de 2021.

Resum convocatòria:

- Pressupost producció: 250 euros + IVA.
 - Temàtica lliure dins del context del feminisme.
 - Exposició del **17 de febrer al 15 de març de 2021** a la Sala Ignasi Vallhonestà.
 - Cal presentar un projecte amb la següent informació: títol, desenvolupament temàtic, artistes/obres i plànol de muntatge preliminar.
 - Per a dubtes i propostes podeu escriure a ccmatasiramis@bcn.cat tot indicant Projecte Pankhurst a l'assumpte del correu.
-

ARTS VISUALS

EXPOSICIONS

Del 9 de setembre al 5 d'octubre



A través del realisme

Paco Muñoz

Sala Ignasi Vallhonestà

Textografia 2020
Textografies finalistes de la
darrera edició del concurs
Espai RAW



#miniartconfinat

Exposició de les obres infantils
presentades durant el confina-
ment

Espai Cafè

Del 7 d'octubre al 2 de novembre

Col·lectiva de pintors d'Horta

Associació de pintors d'Horta

Sala Ignasi Vallhonestà



Fit Kid

Comissariat:

Susana Carrasco

Espai RAW i Espai Cafè

ARTS VISUALS

EXPOSICIONS

Del 4 al 30 de novembre



World changers

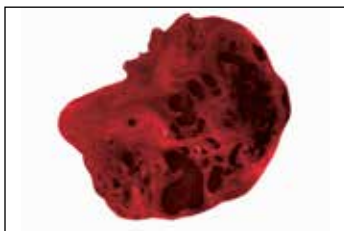
Anna Solà

Sala Ignasi Vallhonesta

40 ml de menstruación

Fabiola Reyna

Espai RAW



Forcall, racons d'història

Antoni Eixarch

Espai Cafè

Del 2 de desembre al 8 de gener

Llegir, inspira...

Marisa Ordóñez

Sala Ignasi Vallhonesta



Resiliència

Bastante ida

Espai RAW



Sr. Pasajes

Pasajes

Espai Cafè

TALLERS TARDOR 2020

MINI-GUIA PER A TALLERS EN TEMPS DE LA COVID-19.

Preguntes Freqüents

• Aquest trimestre es faran tallers presencials?

Sí, però tindran **certes diferències** respecte dels trimestres anteriors.

• Quines?

En aquest cas, els tallers es dividiran en dos blocs de 5 sessions cadascun. El primer bloc començarà la setmana del 5/10; el segon, la setmana del 9/11.

• Per què es fa així?

En cas d'un possible confinament:

Si es declarés un cop començat el bloc 1, les sessions que restessin per fer de manera presencial, les faries en línia.

Si el confinament s'allargués més enllà de l'inici del bloc 2, et retornaríem l'import total d'aquest segon bloc.

En el cas que es comencés el bloc 2 i es declarés el confinament amb el bloc iniciat, succeiria el mateix que amb el bloc 1 (continuaríes la resta de sessions en línia).

• Puc inscriure'm als dos blocs a partir del 21/9?

Sí. Però també pots inscriure't només al bloc 1, i al bloc 2 fins a una setmana abans que s'iniciï.

• Hi haurà tallers 100% en línia?

Sí. És una novetat del Centre Cívic, i tractaran sobre música i cuina. El preu publicat a l'agenda és el definitiu i ja s'inclou el 15% de descompte.

• Puc fer les meves inscripcions presencialment?

Sí, però a causa de les restriccions sanitàries et recomanem fer la inscripció en línia.

IMPORTANT: Per a formalitzar la inscripció, només podrà accedir al Centre una persona per torn. La cua es farà a l'exterior, tot respectant els dos metres de distància entre usuaris.

• Puc fer la meua inscripció i la d'una altra persona?

Sí. Et podràs inscriure tu mateix/a i fins a dos usuaris més. La inscripció en línia és nominal.

INSCRIPCIONS ALS TALLERS

IMPORTANT: Durant aquest trimestre els tallers es divideixen en dos blocs independents i presencials.

• Presencials:

Del 21 de setembre al 2 d'octubre de 2020 el bloc 1 i fins el 6 de novembre el bloc 2 (consulteu horari d'inscripcions).

Modalitat de pagament presencial: targeta o abonament bancari (retorneu al Centre Cívic el rebut amb el segell de l'entitat bancària en el termini màxim de dos dies)

• **En línia:** del 21 al 4 d'octubre de 2020 des de les 9.30 del dia 21 fins a les 23.59 h del dia 4 el bloc 1 i el bloc 2 fins a les 23.59 h el dia 8 de novembre.

TALLERS TARDOR 2020

Web Centre Cívic:

<https://ajuntament.barcelona.cat/ccivics/matasiramis>

Portal d'inscripcions: <https://matasiramis.inscripcionscc.com>

Si tens problemes o dubtes a l'hora de fer les teves inscripcions a través del web, truca'ns i nosaltres t'hi ajudarem.

- Inici dels tallers bloc 1: la setmana del 5 d'octubre de 2020.
- Inici de tallers bloc 2: la setmana del 9 de novembre de 2020.
- Devolucions de tallers cancel·lats:

Bloc 1: Del 5 al 30 d'octubre (consulteu horari d'inscripcions).

Bloc 2: Del 9 al 20 de novembre (consulteu horari d'inscripcions).

Les devolucions es faran per transferència bancària o bé amb la targeta de crèdit.

Un cop hagin passat 3 mesos des de la notificació del retorn, el Centre Cívic no farà cap devolució de diners.

NORMATIVA

• Cada usuari/a pot inscriure de manera presencial com a màxim a 3 persones (l'usuari/a + dos més). La inscripció en línia és nominal.

• L'import de la inscripció només serà retornat si l'organització anul·la el taller per no arribar al mínim de places establertes o per d'altres raons tècniques. Un cop iniciat els tallers, i en cas de força major derivada de la crisi sanitària actual i/o perquè qualsevol autoritat governamental no permeti el desenvolupament de l'activitat a la qual s'ha inscrit/a de forma presencial, **aquesta activitat s'adaptarà per tal que es pugui realitzar de forma virtual i des de qualsevol dispositiu amb accés a internet.** El nombre d'hores, sessions i horaris seran els mateixos. Aquesta variació no suposarà que el curs es consideri cancel·lat o suspès i, per tant, no donarà dret a la devolució de l'import de la inscripció proporcional a les sessions realitzades virtualment. Aquests possibles canvis seran informats amb antelació, així com el suport o plataforma telemàtica des de la qual es continuarà oferint l'activitat.

- Per tal de formalitzar la inscripció s'ha de portar el DNI
- Les baixes voluntàries només s'acceptaran fins a una setmana abans de l'inici del curs.

DESCOMPTES

- Aturats: DARDO o informe de vida laboral + l'empadronament amb sis mesos de vigència.
- Discapacitat: Targeta acreditativa de la discapacitat + l'empadronament amb sis mesos de vigència.
- Aquests descomptes van del 50 al 75%. Per tal de poder beneficiar-vos d'aquests descomptes cal que ho pregunteu al Centre. En aquest cas, la inscripció haurà de ser presencial.

HORARI D'INSCRIPCIONS:

Matí: de 10.00 a 13.30 h

Tarda: de 16.00 a 19.30 h

TALLERS CULTURALS PRESENCIALS

ARTS VISUALS I PLÀSTIQUES

DIBUIX I PINTURA

Grup A - Dilluns, de 10.00 a 13.00 h

Bloc 1: Del 5/10 al 2/11 (4 sessions) Taller de 12 hores

Preu: **43,85 €**.

Bloc 2: Del 9/11 al 14/12 (5 sessions) Taller de 15 hores

Preu: **54,81 €**.

Grup B - Dimecres, de 10.00 a 13.00 h

Bloc 1: Del 7/10 al 4/11 (5 sessions). Taller de 5 hores

Bloc 2: Del 11/11 al 9/12 (5 sessions). Taller de 5 hores

Preu de cada bloc: **54,81 €**.

Prof. Daniel De La Barra

Introducció al dibuix i la pintura sense tenir cap coneixement pictòric i per a aquells que desitgin aprofundir en els seus coneixements tant d'art clàssic i tradicional com en les noves formes d'expressió contemporània: pintura a l'espàtula, abstracció, cubisme, pintura matèrica o neocollage, entre d'altres.

INTRODUCCIÓ AL DIBUIX

Grup C - Dimarts, de 17.00 a 19.00 h

Bloc 1: Del 6/10 al 3/11 (5 sessions). Taller de 10 hores

Bloc 2: Del 10/11 al 15/12 (5 sessions). Taller de 10 hores

Preu de cada bloc: **36,54 €**.

Prof. Daniel De La Barra

La intenció del taller és assolir unes bases sòlides amb les quals els alumnes puguin expressar-se de manera lliure amb diversos materials.

MÚSICA I VEU

CANT MODERN

Dimarts, de 19.00 a 21.00 h

Bloc 1: Del 6/10 al 3/11 (5 sessions). Taller de 10 hores

Bloc 2: Del 10/11 al 15/12 (5 sessions). Taller de 10 hores

Preu de cada bloc: **36,54 €**.

Prof. Raquel Lúa

En aquest taller de cant modern donarem a conèixer les eines bàsiques del cant com són la tècnica vocal i la interpretació, la respiració i la postura, la relaxació, els tipus de veu i el repertori, entre d'altres aspectes.

GUITARRA JAZZ PER A TOTS

Divendres, de 18.30 a 20.30 h

Bloc 1: Del 9/10 al 6/11 (5 sessions). Taller de 10 hores

Bloc 2: Del 13/11 al 11/12 (5 sessions). Taller de 10 hores

Preu de cada bloc: **36,54 €**.

Prof. Charlie Rueda

N

Potencia la teva musicalitat en aquest taller on gaudiràs aprenent les tècniques de la guitarra moderna i expressant-te a través de la improvisació. Dirigit a totes les persones interessades a aprendre a tocar guitarra des de zero o bé que ja en tinguin algun coneixement. Aprenderàs a tocar acompanyaments en estils com bossa Nova, blues, funk i Jazz, construcció d'acords, escales, lectura de partitura i cançons. També descobriràs com organitzar rutines per a aprofitar al màxim la pràctica de l'instrument.

TALLERS CULTURALS PRESENCIALS

ARTESANIA, TÈXTEL I ARTS DECORATIVES

PATCHWORK

Dijous, de 10.30 a 12.30 h
Bloc 1: Del 8/10 al 5/11 (5 sessions). Taller de 10 hores
Bloc 2: Del 12/11 al 10/12 (5 sessions). Taller de 10 hores
Preu de cada bloc: **36,54 €**.
Prof. Esther Pérez

INICIACIÓ PATCHWORK

Dijous, de 17.30 a 19.00 h
Bloc 1: Del 8/10 al 5/11 (5 sessions). Taller de 7,30 hores
Bloc 2: Del 12/11 al 10/12 (5 sessions). Taller de 7,30 hores
Preu de cada bloc: **27,41 €**.
Prof. Esther Pérez

La intenció del curs és donar a conèixer les diferents tècniques de costura que s'utilitzen a l'univers del patchwork i endin-sar-nos en un fascinant món de colors i formes, sense oblidar el nostre principal objectiu: fer tasques artesanals i molt actuals.

SALUT I ACTIVITAT FÍSICA

GIMNÀSTICA PEL BENESTAR

Grup A - Dilluns, de 17.00 a 18.00 h
Bloc 1: Del 5/10 al 2/11 (4 sessions). Taller de 4 hores
Preu: **14,62 €**.

Bloc 2: Del 9/11 al 14/12 (5 sessions). Taller de 5 hores
Preu: **18,27 €**.

Grup B - Dilluns, de 18.30 a 19.30 h

Bloc 1: Del 5/10 al 2/11 (4 sessions). Taller de 4 hores
Preu: **14,62 €**.

Bloc 2: Del 9/11 al 14/12 (5 sessions). Taller de 5 hores
Preu: **18,27 €**.

Grup C - Divendres, de 12.00 a 13.00 h

Bloc 1: Del 9/10 al 6/11 (5 sessions)

Bloc 2: Del 13/11 a l' 11/12 (5 sessions)

Preu Bloc: **18,27 €**. Bloc de 5 hores

Prof. Mercè Civit

i la relaxació a través d'una metodologia suau i progressiva que té com a objectiu reduir l'estrès i eliminar els mals costums corporals.



Es treballarà la postura, la flexibilitat, la consciència corporal, l'equilibri, el to muscular

TALLERS CULTURALS PRESENCIALS

SALUT I ACTIVITAT FÍSICA



IOGA

Grup A - Dimarts, de 17.30 a 18.30 h

Bloc 1: Del 6/10 al 3/11 (5 sessions) Taller de 5 hores

Bloc 2: Del 10/11 al 15/12 (5 sessions) Taller de 5 hores

Preu de cada bloc: **18,27 €.**

Grup B - Dimarts, de 19.00 a 20.00 h

Bloc 1: Del 6/10 al 3/11 (5 sessions) Taller de 5 hores

Bloc 2: Del 10/11 al 15/12 (5 sessions) Taller de 5 hores

Preu de cada bloc: **18,27 €.**

Grup C - Dimarts, de 20.30 a 21.30 h

Bloc 1: Del 6/10 al 3/11 (5 sessions) Taller de 5 hores

Bloc 2: Del 10/11 al 15/12 (5 sessions) Taller de 5 hores

Preu de cada bloc: **18,27 €.**

Grup D - Dijous, de 9.00 a 10.30 h

Bloc 1: Del 8/10 al 5/11 (5 sessions) Taller de 7,30 hores

Bloc 2: Del 12/11 al 10/12 (5 sessions) Taller de 7,30 hores

Preu de cada bloc: **27,41 €.**

Prof. Mar Álvarez

N

loga significa “unir” i és la pràctica de l’equilibri cosment. Aquestes classes són un espai perquè et descobreixis, guanyis consciència corporal, salut i serenitat.

ESTIRAMENTS

Dimarts i dijous, de 12.30 a 13.30 h

Bloc 1: Del 6/10 al 5/11 (10 sessions). Taller de 10 hores

Bloc 2: Del 10/11 al 15/12 (10 sessions). Taller de 10 hores

Preu de cada bloc: **36,54 €.**

Prof. Iolanda Ezquerro

Sessió d’estiraments globals i actius de cadenes musculars que busquen tornar a equilibrar la postura, millorar la consciència corporal i alleujar les tensions musculars i articulars.

CUIDEM EL COS, GUANYEM AUTOESTIMA

Dimecres, de 10.30 a 12.00 h

Bloc 1: Del 7/10 al 4/11 (5 sessions). Taller de 7,30 hores

Bloc 2: De l’11/11 al 9/12 (5 sessions). Taller de 7,30 hores

Preu de cada bloc: **27,41 €.**

Prof. Esther Burgos

N

Mitjançant chi kung, moviments senzills, pràctiques taoistes i tècniques de consciència i benestar, millorarem la nostra experiència vital i aprendrem a cuidar-nos amb l’amor i cura que ens mereixem.

MINDFULNESS (TÈCNiques DE RESPIRACIÓ, RELAXACIÓ I ATENCIÓ PLENA)

Dimecres, de 12.30 a 13.30 h

Bloc 1: Del 7/10 al 4/11 (5 sessions). Taller de 5 hores

Bloc 2: De l’11/11 al 9/12 (5 sessions). Taller de 5 hores

Preu de cada bloc: **18,27 €.**

Prof. Esther Burgos

TALLERS CULTURALS PRESENCIALS

SALUT I ACTIVITAT FÍSICA

Ajudarem a combatre estats d'angoixa, estrès, ansietat, insomni, depressió i d'altres malestars. Així doncs, practicarem diferents mètodes per trobar pautes personals, autogestionar-nos d'una manera més eficient i gaudir de la vida quotidiana posant en joc diferents tècniques.

COS, MENT I MOVIMENT

Grup A - Dimecres, de 17.00 a 18.30 h

Grup B - Dimecres, de 19.00 a 20.30 h

Bloc 1: Del 7/10 al 4/11 (5 sessions). Taller de 7,30 hores

Bloc 2: De l'11/11 al 9/12 (5 sessions). Taller de 7,30 hores

Preu de cada bloc: **27,41 €**.

Prof. Eva Ruiz

Mitjançant diferents tècniques (pilates, ioga, Feldenkrais, estiraments, relaxació i d'altres) i harmonitzant el treball del cos i la ment des de la consciència, aprendràs a sentir-te millor, a moure't amb més llibertat, a prevenir molèsties i a corregir tendències posturals poc adequades.

FELDENKRAIS

Dijous, d'11.00 a 12.00 h

Bloc 1: Del 8/10 al 5/11 (5 sessions). Taller de 5 hores

Bloc 2: Del 12/11 al 10/12 (5 sessions). Taller de 5 hores

Preu de cada bloc: **18,27 €**.

Prof. Mar Álvarez



El Feldenkrais és un mètode d'aprenentatge i autoconeixement a través del moviment.

Millora la qualitat de les accions del dia a dia, la postura, el rendiment esportiu i intel·lectual i la creativitat. Mitjançant seqüències de moviments suaus es crea un marc d'aprenentatge en què l'alumne, des del seu propi punt de partida i sense esforç, descobreix com es mou i pot explorar nous camins i millorar en tots els aspectes. És adequat tant per a persones que volen millorar el seu rendiment i autoconsciència com per a aquelles que s'estan recuperant d'una lesió o tenen alguna limitació.

TAITXÍ -TARDA

Dijous, de 17.00 a 18.30 h

Bloc 1: Del 8/10 al 5/11 (5 sessions). Taller de 7,30 hores

Bloc 2: Del 12/11 al 10/12 (5 sessions). Taller de 7,30 hores

Preu de cada bloc: **27,41 €**.

Prof. Chabela Cortés



Respiració, moviments subtils, estiraments, relaxació i meditació, tant pel benestar físic com mental.

BALLS DE SALÓ I BALLS TRADICIONALS

COMERCIAL LINE DANCE

Dilluns, de 20.00 a 21.30 h

Bloc 1: Del 5/10 al 2/11 (4 sessions). Taller de 6 hores

Preu: **21,93 €**.

Bloc 2: Del 9/11 al 14/12 (5 sessions). Taller de 7,30 hores

Preu: **27,41 €**.

Iniciació-Dimecres, de 18.00 a 19.30 h

TALLERS CULTURALS PRESENCIALS

BALLS DE SALÓ I BALLS TRADICIONALS

Bloc 1: Del 7/10 al 4/11 (5 sessions). Taller de 7,30 hores

Bloc 2: De l'11/11 al 9/12 (5 sessions). Taller de 7,30 hores
Preu de cada bloc: **27,41 €**.

Prof. Ana Modvala

Aprendrem a ballar en línia mitjançant coreografies de diversos estils i amb música comercial d'ara i d'abans.

COUNTRY

Dimecres, de 20.00 a 21.30 h

Bloc 1: Del 7/10 al 4/11 (5 sessions). Taller de 7,30 hores

Bloc 2: De l'11/11 al 9/12 (5 sessions). Taller de 7,30 hores
Preu de cada bloc: **27,41 €**.

Prof. Ana Modvala

Practicarem aquesta dansa grupal de forma divertida, la qual ens permet mantenir-nos en forma i, a més, treballar la memòria.

ZUMBA

TARDA Grup A - Dilluns, de 17.00 a 18.00 h

TARDA Grup B - Dilluns, de 18.30 a 19.30 h

TARDA Grup C - Dilluns, de 20.00 a 21.00 h

Bloc 1: Del 5/10 al 2/11 (4 sessions). Taller de 4 hores
Preu: **14,62 €**.

Bloc 2: Del 9/11 al 14/12 (5 sessions). Taller de 5 hores
Preu: **18,27 €**.

Prof. Anna Plana

Mentre combinem música internacional amb coreografies fàcils de seguir per a totes les edats, aconseguirem un entre-

nement de tot el cos per a sentir-nos alegres i en forma.

BOOTY DANCE PER A L'EMPODERAMENT FEMENÍ

Dijous, de 19.30 a 20.30 h

Bloc 1: Del 8/10 al 5/11 (5 sessions). Taller de 5 hores

Bloc 2: Del 12/11 al 10/12 (5 sessions). Taller de 5 hores
Preu de cada bloc: **18,27 €**.

Prof. Maria Moreira

Booty dance o twerk és un ball urbà amb orígens a l'Àfrica que es concentra en les maneres de moure els malucs. Es recomana portar genolleres.

BALLS DE SALÓ

Grup A - Dilluns, de 20.30 a 21.30 h

Bloc 1: Del 5/10 al 2/11 (4 sessions). Taller de 6 hores

Preu: **21,93 €** (preu per persona).

Bloc 2: Del 9/11 al 14/12 (5 sessions). Taller de 7,30 hores
Preu: **27,41 €** (preu per persona).

Grup B - Divendres, de 20.00 a 21.30 h

Bloc 1: Del 9/10 al 6/11 (5 sessions). Taller de 7,30 hores

Bloc 2: Del 13/11 a l'11/12 (5 sessions). Taller de 7,30 hores
Preu de cada bloc: **27,41 €**.

Prof. Eduard Pérez

Aprendrem a moure'ns i a deixar-nos endur per la música, la qual ens brinda una sensació de benestar mental i aconseguim que el ball esdevingui una habitud i no pas una activitat puntual. Cal inscripció amb parella.

TALLERS CULTURALS PRESENCIALS

BALLS DE SALÓ I BALLS TRADICIONALS

BALLS LLATINS (no cal parella)

Dijous, de 20.30 a 21.30 h

Bloc 1: Del 8/10 al 5/11 (5 sessions). Taller de 7,30 hores

Bloc 2: Del 12/11 al 10/12 (5 sessions). Taller de 7,30 hores

Preu de cada bloc: **27,41 €.**

Prof. Eduard Pérez

Salsa, txa-txa-txa, merengue i batxata. No cal parella

SWING SOLO

Dimarts, de 19.30 a 20.30 h

Bloc 1: Del 6/10 al 3/11 (5 sessions). Taller de 5 hores

Bloc 2: Del 10/11 al 15/12 (5 sessions). Taller de 5 hores

Preu de cada bloc: **18,27 €.**

Prof. de Swing Les Corts

Gaudeix del swing sense parella! Dins del jazz trobem diversos balls, el més conegut dels quals és el xarleston, un ball d'origen afroamericà molt popular als anys 20 pel seu estil dinàmic i divertit.



AFROBEATZ

Dimecres, de 20.00 a 21.30 h

Bloc 1: Del 7/10 al 4/11 (5 sessions). Taller de 7,30 hores

Bloc 2: De l'11/11 al 9/12 (5 sessions). Taller de 7,30 hores

Preu de cada bloc: **27,41 €.**

Prof. Ku'dancin Afrobeatz

Marcades per diverses històries, contextos geogràfics i migracions, els afrobeatz són les diverses danses urbanes de l'Àfrica subsahariana. En aquest taller coneixerem diversos estils marcats per moviments energètics, festius i sinuosos.

LLENGÜES

INTERACTIVE ENGLISH

Dimarts, de 10.00 a 11.30 h

Bloc 1: Del 6/10 al 3/11 (5 sessions). Taller de 7,30 hores

Bloc 2: Del 10/11 al 15/12 (5 sessions). Taller de 7,30 hores

Preu de cada bloc: **27,41 €.**

Prof. Isabel Howlett

N

Aconseguirem parlar l'anglès mitjançant exercicis interactius i comunicatius que, alhora, ens proporcionaran una gramàtica sòlida (llindar bàsic-intermedi).

INTERACTIVE ENGLISH - Iniciació

Dimarts, de 12.00 a 13.30h

Bloc 1: Del 6/10 al 3/11 (5 sessions). Taller de 7,30 hores

Bloc 2: Del 10/11 al 15/12 (5 sessions). Taller de 7,30 hores

Preu de cada bloc: **27,41 €.**

Prof. Isabel Howlett

Des d'un nivell inicial i amb un objectiu ben definit, aconseguirem parlar l'anglès mitjançant exercicis interactius i comunicatius que, alhora, ens proporcionaran l'aprenentatge d'una gramàtica sòlida. No es comença des d'un nivell 0.

TALLERS CULTURALS PRESENCIALS

LLENGÜES

ANGLÈS DE SUPERVIVÈNCIA

- Nivell bàsic

Divendres, de 10.00 a 11.30 h
Bloc 1: Del 9/10 al 6/11 (5 sessions). Taller de 7,30 hores
Bloc 2: Del 13/11 a l' 11/12 (5 sessions). Taller de 7,30 hores
Preu de cada bloc: **27,41 €.**

Prof. Isabel Howlett

Dirigit a persones amb certes nocions d'anglès. Treballarem la llengua de manera aplicable a la vida quotidiana i aprendrem a comunicar-nos a diferents escenaris on podem trobar-nos en el nostre dia a dia (quan viatgem, a la nostra botiga o allà on ho necessitem).

ANGLÈS DE SUPERVIVÈNCIA - Nivell 0

Divendres, de 12.00 a 13.30h
Bloc 1: Del 9/10 al 6/11 (5 sessions). Taller de 7,30 hores
Bloc 2: Del 13/11 a l' 11/12 (5 sessions). Taller de 7,30 hores
Preu de cada bloc: **27,41 €.**

Prof. Isabel Howlett

Dirigit a persones sense cap noció d'anglès. Treballarem la llengua de manera aplicable a la vida quotidiana i aprendrem a comunicar-nos a diferents escenaris on podem trobar-nos en el nostre dia a dia (quan viatgem, a la nostra botiga o allà on ho necessitem).

CONVERSA EN ANGLÈS (AVANÇAT)

Dimecres, de 17.30 a 19.00 h
Bloc 1: Del 7/10 al 4/11 (5 sessions). Taller de 7,30 hores
Bloc 2: De l'11/11 al 9/12 (5

sessions). Taller de 7,30 hores
Preu de cada bloc: **27,41 €.**

Prof. Carolina Bardelli

Adreçat a usuaris de nivell B1/B2 que vulguin millorar el seu anglès de manera fàcil i divertida.

CONVERSA EN ITALIÀ

Dimecres, de 19.30 a 21.00 h
Bloc 1: Del 7/10 al 4/11 (5 sessions). Taller de 7,30 hores
Bloc 2: De l'11/11 al 9/12 (5 sessions). Taller de 7,30 hores
Preu de cada bloc: **27,41 €.**

Prof. Carolina Bardelli

Adreçat a aquelles persones que tinguin coneixements d'italià de nivell usuari bàsic i que vulguin millorar la seva capacitat comunicativa en un entorn lúdic i distès.

INFORMÀTICA I COMUNITAT DIGITAL

GUARDA I ORGANITZA LES TEVES FOTOS

Dilluns, de 10.00 a 11.30 h
Del 5/10 al 9/11 (5 sessions)
Preu: **27,41 €.** Taller de 7,5 hores

Prof. Jaime Rodríguez

Amb els dispositius mòbils podem fer una multitud de fotos i vídeos, però sovint queden oblidades perquè no sabem com gestionar-les. Aprendrem a trobar-les, guardar-les i organitzar-les tant al mòbil com a l'ordinador i al núvol. Cal portar el mòbil o tauleta de casa.

TALLERS CULTURALS PRESENCIALS

INFORMÀTICA I COMUNITAT DIGITAL

XARXES SOCIALS

Dijous, de 10.00 a 11.30 h
Del 16/11 al 14/12 (5 sessions)
Preu: **27,41 €**. Taller de 7,5 hores
Prof. Jaime Rodríguez



Descobreix què t'ofereixen les xarxes socials més famoses: Facebook, Twitter i Instagram. En repassarem el seu funcionament, resoldrem els principals dubtes i donarem consells per fer-ne un ús segur. Cal portar el mòbil, tauleta o portàtil de casa.

WHATSAPP

Dimecres, 2 de desembre, de 10.00 a 12.00 h (1 sessió)
Preu: **7,31 €**. Taller de 2 hores
Prof. Jaime Rodríguez



Tens el mòbil ple i no pots fer més fotos o instal·lar-hi noves aplicacions? Veurem quins elements hi ocupen més espai i com fer neteja d'arxius innecessaris i aplicacions que no fem servir. Cal portar el mòbil propi.

GOOGLE MAPS

Dimecres, 9 de desembre, de 10.00 a 12.00 h (1 sessió)
Preu: **7,31 €**. Taller de 2 hores
Prof. Jaime Rodríguez



Amb Google Maps podem cercar adreces o llocs com ara restaurants, hotels o botigues, a més de crear itineraris per veure com podem arribar en diversos transports. En repassarem el seu funcionament i veurem com fer-lo servir a tra-

vés del mòbil.

Cal portar el mòbil o tauleta o portàtil de casa.

YOUTUBE

Dimecres, 16 de desembre, de 10.00 a 12.00 h (1 sessió)
Preu: **7,31 €**. Taller de 2 hores
Prof. Jaime Rodríguez



A YouTube podem trobar tot tipus de vídeos: música, videoclips, tutorials, receptes de cuina, manualitats, etc. A més, ens permet crear el nostre propi canal i compartir vídeos o, senzillament, comentar i compartir els vídeos d'altres persones.

En revisarem el seu funcionament i veurem com poder crear una llista de reproducció.

Cal portar el mòbil o tauleta o portàtil de casa.

RUTES

RUTES DE MARXA NÒRDICA, FEM SALUT CAMINANT

Dissabte, 31 d'octubre, de 10.00 a 12.30 h
Preu: **5,48 €**. Ruta de 2,5 hores

Prof. Fernando Bartolomé, de Nordic Walking Terapèutic (NWT®)



Punt de trobada: Av. Onze de Setembre, 185, 08820. El Prat de Llobregat, Barcelona. Davant la Farmàcia Dr. Jordi Casas.

Ruta pel Prat del Llobregat. Dirigit a persones amb o sense nocions d'aquesta tècni-

TALLERS CULTURALS PRESENCIALS

RUTES

ca tan saludable que vulguin aprendre-la o bé corregir-la.

Dissabte, 14 de novembre, de 10.00 a 12.30 h

Preu: **5,48 €**. Ruta de 2,5 hores
Prof. Fernando Bartolomé, de Nordic Walking Terapèutic (NWT®)



Punt de trobada: Ocata (Parada de Rodalies). A l'andana d'arribada de Barcelona. No sortiu fora de l'estació.

Ruta pel Prat del Llobregat. Dirigit a persones amb o sense nocions d'aquesta tècnica tan saludable que vulguin aprendre-la o bé corregir-la.

Dissabte, 28 de novembre, de 10.00 a 12.30 h

Preu: **5,48 €**. Ruta de 2,5 hores
Prof. Fernando Bartolomé, de Nordic Walking Terapèutic (NWT®)



Punt de trobada: Colònia Güell. Ferrocarrils de la Generalitat. Parada Colònia Güell. Sortida de l'estació per la rotonda gran. A les taquilles.

Ruta pel Prat del Llobregat. Dirigit a persones amb o sense nocions d'aquesta tècnica tan saludable que vulguin aprendre-la o bé corregir-la.

TALLERS CULTURALS EN LÍNIA

MÚSICA

MÚSICA ELECTRÒNICA DES DEL MÒBIL O TAULETA

Dimecres, de 19.30 a 21.30 h
Del 7/10 al 28/10 (4 sessions).

Preu: **24,84€**. Taller de 8 hores
Prof. Jaume Estalella
Taller 100% en línia



T'agrada el trap, el dance o el tecno? T'agradaria poder fer les teves pròpies produccions d'aquests gèneres? Si tens un mòbil o una tauleta Android és possible!

Requisits: disposar d'un dispositiu Android, un compte de correu electrònic i uns auriculars.

El taller es realitza amb l'apli-

cació Bandpass, disponible gratuïtament a Google Play. Sisplau, abans de fer la matrícula, comprova que pots descarregar i instal·lar l'aplicació al teu dispositiu Android.

HARMONIA I COMPOSICIÓ MUSICAL. NIVELL I

Dilluns, de 18.30 a 19.30 h
Del 5/10 al 14/12 (9 sessions).

Preu: **27,95€**. Taller de 9 hores
Prof. Pablo Schvarzman
Taller 100% en línia



Aquest curs d'harmonia i composició està dissenyat per a tots aquells productors i/o músics que vulguin entendre la música d'una manera pràctica

TALLERS CULTURALS EN LÍNIA

MÚSICA

tot adquirint una eina bàsica i essencial. Aprenderàs a compondre la teva música en una tonalitat determinada, a construir progressions d'acords, melodies i línies de baix.

Requisits: disposar d'ordinador amb connexió a Internet, un instrument musical harmònic (piano, guitarra, teclat controlador midi) i programari d'edició musical tipus Ableton Live, Logic, etc. Si no es disposa d'instrument ni programari, contacteu amb el professor. Treball pràctic: cada participant podrà compondre una cançó/tema* utilitzant els coneixements musicals adquirits durant el curs. *Un tema com a mínim, depenent del progrés de cada alumne.

COMENÇA A PRODUIR AMB ABLETON LIVE

Dilluns, de 20.00 a 21.00 h
Del 5/10 al 14/12 (9 sessions).
Preu: **27,95€**. Taller de 9 hores
Prof. Pablo Schvarzman
Taller 100% en línia



Aquest curs té com a objectiu que dominis els conceptes bàsics i indispensables per a treballar amb Ableton Live. Des de la correcta configuració i posada a punt fins a les diferents tècniques d'enregistrament àudio/midi, sampling, síntesi, edició i mescla. Treball pràctic: produïrem un track des de zero.

Requisits: disposar d'ordinador amb connexió a Internet i Ableton Live instal·lat (no cal que sigui l'última versió).

L'ART DEL SAMPLING

Dimarts, de 18.30 a 20.30 h
13, 20 i 27 d'octubre (3 sessions)

Preu: **9,31 €**. Taller de 3 hores
Prof. Pablo Schvarzman
Taller 100% en línia



En aquesta càpsula tractarem l'art de reciclar sons, la seva història, els aspectes legals i, a més, utilitzarem tres eines per a crear beats: Ableton Live, Akai MPC Beats (programari gratuït) i Samplr (iPad).

Requisits: disposar de connexió a Internet i d'algun dels programes/aplicacions esmentats. Si disposeu de qualsevol altra eina, consulteu-ho amb el professor.

BEAT MAKING AMB MPC BEATS

Dimarts, de 18.30 a 19.30 h
3, 10 i 17 de novembre (3 sessions)

Preu: **9,31 €**. Taller de 3 hores
Prof. Pablo Schvarzman
Taller 100% en línia



Càpsula per a introduir-nos en profunditat en una nova eina per a crear beats: MPC Beats. En aquest cas, es tracta d'un programari gratuït que ens permetrà produir els nostres beats/tracks/cançons des del principi a la fi.

Requisits: disposar d'ordinador amb connexió a Internet i el programari MPC Beats instal·lat.

SENSIBILITZACIÓ MUSICAL PER A NADONS (0-16 mesos)

Dilluns, d' 11.00 a 12.00 h

TALLERS CULTURALS EN LÍNIA

MÚSICA

Del 5/10 al 14/12 (9 sessions).
Preu: **27,95 €**. Taller de 9 hores
Prof. d'Escola de Música Pausa
Taller 100% en línia

La música és una font de comunicació i expressió que afavoreix que l'infant desperti la curiositat per allò que l'envolta (recursos expressius, possibilitats de la seva veu, improvisació i creació de gran material sonor) i millori la concentració i la capacitat auditiva. Pretenem promoure la participació de les famílies per tal d'avançar en el desenvolupament dels nostres fills/es.

SENSIBILITZACIÓ MUSICAL PER A INFANTS (3-5 anys)
Dissabte, de 10.00 a 11.00 h
Del 10/10 al 19/12 (10 sessions).
Preu: **31,05 €**. Taller de 10 hores

Prof. d'Escola de Música Virgínia Blanch
Taller 100% en línia

SENSIBILITZACIÓ MUSICAL PER A INFANTS (2-3 anys)
Dissabte, d'11.00 a 12.00 h
Del 10/10 al 19/12 (10 sessions).
Preu: **31,05 €**. Taller de 10 hores
Prof. d'Escola de Música Virgínia Blanch
Taller 100% en línia

L'eficàcia de l'estimulació musical rau en el fet que és un llenguatge no verbal, simbòlic i de les emocions. Actua en la nostra facultat emocional amb més intensitat i rapidesa que qualsevol paraula, i durant els primers quatre anys de vida és fonamental per al desenvolupament del llenguatge, així com d'altres habilitats.



TALLERS CULTURALS EN LÍNIA

GASTRONOMIA I ALIMENTACIÓ

GAUDIR AMB PLATS VEGETARIANS: ÉS POSSIBLE!

Dijous, de 18.00 a 20.00 h
Del 8/10 al 5/11 (5 sessions)
Preu: **31,05 €**. Taller de 10 hores
Prof. Clara Sivila
Taller 100% en línia

N

En aquest curs aprendrem a cuinar diferents propostes vegetarianes, i t'assegurem que no et decebran. Aconseguirem plats plens d'aromes, sabors i colors. Farem receptes de tardor per a dinars, sopars, i alguns snacks per tenir durant el dia d'una manera fàcil, senzilla i divertida.

CUINA DEL MÓN EN UN PLAT

Dimarts, d' 11.00 a 13.00 h
Del 13/10 al 10/11 (5 sessions)
Preu: **31,05€**. Taller de 10 hores
Prof. Alicia Orellana de "La Mamma Alicia"
Taller 100% en línia

N

Un viatge al voltant del món a través de la seva gastronomia. En aquest taller no només farem plats típics de diferents països, sinó que també utilitzarem diferents ingredients del món que ens permetran crear-ne de nous. Un exemple? Baos xinesos, dumpling, arepes veneçolanes i baba ganous, entre d'altres.



POKÉ BOWLS A TOT COLOR

Dimarts, 6 d'octubre, d' 11.00 a 13.00 h
Preu: **6,20 €**. Taller de 2 hores
Prof. Alicia Orellana de "La Mamma Alicia"
Taller 100% en línia

N

Aquest divertit menjar d'origen hawaià és un menú complet en hidrats de carboni, vegetals i proteïnes. El secret per a portar-lo a un altre nivell, però, rau en la seva presentació, el condiment i saber amanir-lo. Vine a descobrir-ho!

MONOGRÀFICS NADAL

Tallers 100% en línia
Organitza les teves festes de Nadal i Cap d'Any sense estrès. Aquest any, anticipa't i gaudeix de debò.

APERITIUS PER A PREVISORS

Dimarts, 17 de novembre, d' 11.00 a 13.30
Preu: **4,65€**. Taller d' 1,5 hores
Prof. Alicia Orellana de "La Mamma Alicia"

N

ENTRANTS AMB CHARM: FÀCILS, RÀPIDS I ATRACTIUS

Dimarts, 24 de novembre, d' 11.00 a 13.30
Preu: **4,65€**. Taller d' 1,5 hores
Prof. Alicia Orellana de "La Mamma Alicia"

N

ELS SUPERDOLÇOS: POC SUCRE I MOLT SABOR

Dimarts, 1 de desembre, d' 11.00 a 13.30
Preu: **4,65€**. Taller d' 1,5 hores
Prof. Alicia Orellana de "La Mamma Alicia"

N

TALLERS CULTURALS EN LÍNIA

SALUT I ACTIVITAT FÍSICA

HIPOPRESSIUS I TREBALL CORPORAL

Dimarts, d'9.30 a 10.45 h
Del 6/10 al 15/12 (10 sessions).

Preu: **38,82 €**. Taller de 12,30 hores

Taller 100% en línia

Divendres, de 10.00 a 11.15h
Del 9/10 al 11/12 (10 sessions).

Preu: **38,82 €** Taller de 12,30 hores

Prof. Rosa Domínguez

Taller 100% en línia

En aquest taller es treballa globalment el cos mitjançant la tècnica hipopressiva i exercicis d'estiraments, tonificació i respiració amb l'objectiu de millorar la postura, els abdominals i el sòl pelvià. D'altra banda, es treballa per prevenir i millorar els problemes com hèrnies discals, lumbàlgies, incontinència urinària, prolapses dels òrgans pelvians (matriu, bufeta, recte), diàstasi abdominal i algunes disfuncions sexuals, entre d'altres.



BALLS DE SALÓ I BALLS TRADICIONALS

ZUMBA

MATÍ Grup D- Dimarts, d' 11.15 a 12.30 h

Del 6/10 al 15/12 (10 sessions).

Preu: **38,82 €**. Taller de hores

Prof. Rosa Domínguez

Taller 100% en línia

Mentre combinem música internacional amb coreografies fàcils de seguir per a totes les edats, aconseguirem un entrenament de tot el cos per a sentir-nos alegres i en forma.

MAPA



ADREÇA

Centre Cívic Matas i Ramis
C/ Feliu i Codina, 20
08031, Barcelona
Tel. 934072356
ccmatasiramis@bcn.cat
Metro: Valldaura (L3)
Bus: 86, 87, 102, 19, 185, V21,
V25, V23

FB: @ccmatasiramis
TW: @matasiramis
IG: ccmatasiramis
www.barcelona.cat/ccvics/matasiramis

HORARIS

De dilluns a divendres, de 9.00 a
21.00 h
Dissabtes de 9.00 a 14.00 h



SERVEIS

CAFETERIA

Horari: de dilluns a divendres de
8.00 a 20.00 h
Dissabtes, de 9.00 a 13.00 h

- **BARCELONA WIFI**
- **PUNT DE RECOLLIDA DE PILES I ROBA**
- **7 DE LLIBRES - Punt d'intercanvi de llibres**

ALTRES ACTIVITATS

GIMNÀSTICA PER A GENT GRAN
Organitza: Associació Esportiva
Sant Andreu

Dilluns, dimecres i divendres:
grups de 9.30 a 13.30 h
Dimarts i dijous:
grups de 9.00 a 11.00 h