

Centre Cívic Josep M. Trias i Peitx

# PROGRAMACIÓ D'ESTIU

Juliol-setembre del 2022

Josep M. Trias i Peitx



Ajuntament de  
Barcelona



---

<b>INSCRIPCIONS I NORMATIVA</b>	pàg. 3
---------------------------------	--------

---

---

<b>TALLERS I MONOGRÀFICS</b>	pàg. 6
------------------------------	--------

---

<b>SALUT I BENESTAR</b>	pàg. 6
<b>BENESTAR FÍSIC</b>	pàg. 6
<b>BENESTAR EMOCIONAL</b>	pàg. 8
<b>ACTIVITATS A L'AIRE LLIURE</b>	pàg. 9
<b>ACTIVITATS DE MIGDIA</b>	pàg. 10
<b>BALLS I DANSES</b>	pàg. 10
<b>ARTS ESCÈNIQUES</b>	pàg. 11
<b>ARTS I ARTESANIES</b>	pàg. 11
<b>LLENGÜES</b>	pàg. 12

---

---

<b>LUJOTECA</b>	pàg. 13
-----------------	---------

---

---

<b>ACTIVITATS CULTURALS</b>	pàg. 16
-----------------------------	---------

---

<b>EXPOSICIONS</b>	pàg. 16
<b>SORTIDES CULTURALS</b>	pàg. 17
<b>ESPECTACLES</b>	pàg. 18
<b>CICLE DE CLÀSSICA DE LES CORTS</b>	pàg. 19
<b>CINEMA A LA FRESCA</b>	pàg. 20
<b>CICLE: AUTOCONeixEMENT I MEDITACIÓ</b>	pàg. 22
<b>PIANO OBERT</b>	pàg. 22
<b>ENTITATS</b>	pàg. 23
<b>AGENDA</b>	pàg. 24

LLEGENDA



**ACTIVITAT  
GRATUÏTA**



**NOVETAT**



**ACTIVITAT  
FAMILIAR**

## INSCRIPCIONS ALS TALLERS

Abans d'inscriure-us a un curs us demanem que llegiu la normativa d'inscripcions. Les mesures i les normatives poden canviar i ens hem d'adaptar a les ordres institucionals de cada moment.

**INICI D'INSCRIPCIONS:** dimarts, 7 de juny

**INICI D'ACTIVITATS:** dilluns, 4 de juliol

**PERÍODE DE DEVOLUCIONS:** a partir del dimarts 7 de juny i fins al dissabte 23 de juny

### NORMATIVA D'INSCRIPCIONS

Per formalitzar les inscripcions heu de seguir la normativa següent:

- Es considera que la plaça està ocupada quan s'ha fet el pagament.
- Modalitat d'inscripcions en línia. En cas que no es pugui fer per dificultats tècniques, és imprescindible trucar al centre a partir del 7 de juny.
- En cap cas no es reserva plaça per telèfon.
- Cada persona es pot inscriure en un màxim de tres tallers i pot inscriure-hi un màxim de dues persones més. Per registrar una altra persona heu d'utilitzar una altra adreça electrònica.
- La direcció del centre es reserva el dret de suspendre les activitats que no tinguin un nombre mínim de participants.
- Les persones que estiguin a l'atur tenen una subvenció del 50% en el preu d'un taller en el trimestre actual presentant la vida laboral (de l'últim mes) o la documentació del SOC (Servei d'Ocupació de Catalunya) i l'empadronament.
- Així mateix, les persones residents al municipi amb algun tipus de

discapacitat o que siguin ateses en algun centre públic de salut mental tenen una reducció del 75 o del 50% segons diversos criteris establerts al BOPB. Cal presentar la documentació acreditativa i l'empadronament.

- En cas que la persona usuària es doni de baixa d'un taller al qual estigui inscrita, ha de notificar-ho durant el període de devolucions.
- Fora del període de devolucions, no es retorna l'import de la inscripció. Només es retorna l'import, durant la primera setmana del curs, a les persones que presentin un informe mèdic que demostrï que no poden fer el taller. Si s'ha assistit a la primera sessió, es retorna la part proporcional de l'import.
- En el cas dels tallers que s'hagin d'anul·lar pel fet de no tenir un nombre mínim de participants, es torna íntegrament el preu del taller corresponent.
- La direcció del centre es reserva el dret a canviar el professorat en cas necessari.
- Cal tenir present que mentre el centre estigui obert al públic no s'interrompan els tallers presencials, tret

---

que les mesures de prevenció de la covid-19 indiquin noves restriccions de l'activitat.

- El material fungible que sigui necessari per al taller és a càrrec de la persona usuària. En la informació de cada taller s'especifica quin és aquest material.
- La direcció del centre declina tota responsabilitat sobre el material personal i les produccions de les persones usuàries.
- Les persones que n'acompanyin d'altres amb discapacitat que necessitin suport per fer l'activitat estan exemptes del pagament de l'activitat.
- Totes les persones que pateixin alguna malaltia relacionada amb la pèrdua de la memòria, un trastorn o que segueixin algun tipus de tractament que pugui alterar la seva capacitat psicomotriu o cognitiva han de comunicar-ho a l'hora d'inscriure's a un taller, per tal d'informar-ne el professorat. La direcció del centre en declina tota responsabilitat, de manera que és aconsellable que vagin acompanyades quan entrin i surtin de l'aula on s'imparteix l'activitat.
- En cas de força major derivada de la crisi sanitària actual o perquè qualsevol autoritat governamental no permeti el desenvolupament d'una activitat que s'havia de fer de manera presencial (atès que aquesta circumstància pot restringir l'accés a l'equipament), aquesta activitat s'adaptarà perquè es pugui dur a terme de manera virtual i des de qualsevol dispositiu amb accés a internet, sempre que això

---

sigui possible. El nombre d'hores, sessions i horaris serà el mateix.

- Aquesta variació no suposa que el curs es consideri cancel·lat o suspès i, per tant, no dona dret a la devolució de l'import de la inscripció proporcional a les sessions fetes virtualment.
- Cal tenir present que, mentre estiguem en aquesta situació de la covid-19, les normatives i les mesures poden anar canviant en funció de les ordenances institucionals. Us demanem que si us trobeu malament extremeu les mesures de seguretat pel que fa a la prevenció i la higiene.
- L'obligatorietat de l'ús de mascareta pot variar en el transcurs de les sessions depenent de les actualitzacions del Departament de Salut, i aquesta variació no dona dret a la devolució de la inscripció.
- El centre es fa responsable de complir la normativa sanitària vigent.

---

**MESURES PER LA COVID-19**

---

A continuació es detalla el protocol del Centre Cívic Josep M. Trias i Peitx pel que fa a la prevenció amb motiu de la covid-19, i també les mesures individuals que han de seguir les persones que assisteixin a les activitats del centre:

- Desinfecció diària de tots els espais.
- Ventilació de les aules després de cada taller.
- A l'entrada del centre hi ha un dispensador de gel hidroalcohòlic.
- L'aforament i la disposició dels seients han de complir les distàncies de seguretat requerides en cada moment de la pandèmia.
- Actualment l'aforament és del 100% de la sala.
- Accés al centre amb el temps just per començar el curs. Si arribeu amb més de 5 minuts d'antelació cal que espereu al carrer. No es pot fer temps ni al vestíbul ni als espais comuns del centre.
- Cal respectar l'horari d'acabament dels cursos per tal de facilitar la tasca de ventilació per al taller següent.
- L'obligatorietat de l'ús de mascareta pot variar en el transcurs de les sessions, en funció de les ordenances institucionals de cada moment.
- L'accés i el desallotjament dels espais s'ha de fer de manera gradual. Cal seguir sempre les senyalitzacions i indicacions del personal del Centre Cívic Josep M. Trias i Peitx.

- 
- L'ús de l'ascensor es limita a una persona, excepte en cas de necessitat d'acompanyant.
  - Les classes d'activitat física es desenvolupen sense calçat de carrer. Podeu portar mitjons o calçat que només feu servir per a l'activitat.
  - Les persones inscrites a tallers que utilitzin material del centre (màrfeques, peses, pilotes, cavallets, etc.) s'han de responsabilitzar de desinfectar-lo en acabar la classe (amb els productes de neteja que hi ha a l'aula).
  - Recomanem fer ús dels lavabos únicament en cas d'urgència. No hi ha neteja en cada ús dels serveis.

# TALLERS I MONOGRÀFICS

## SALUT I BENESTAR

### BENESTAR FÍSIC

#### MANTENIMENT SUAU

**Grup A:** dilluns, de 9.30 a 10.30 h  
**Grup B:** dimecres, de 9.30 a 10.30 h  
**Grup C:** dimarts, de 17.30 a 18.30 h **N**  
Preu: 15,97 € (3 sessions)

Treballarem la musculatura abdominal, la coordinació i l'equilibri sense impacte ni moviments bruscos.

Cal dur roba còmoda i mitjons.

#### REACTIVA'T PROGRESSIVAMENT

**Grup A:** dilluns, de 10.45 a 11.45 h  
**Grup B:** dimecres, de 10.45 a 11.45 h  
**Grup C:** dijous, de 10.45 a 11.45 h  
Preu: 15,97 € (3 sessions)

Millora la mobilitat articular, potencia la musculatura abdominal i lumbar i millorar la forma física.

Cal dur roba còmoda i mitjons.

#### EDUCACIÓ POSTURAL

**Grup A:** dimarts, de 12.00 a 13.00 h  
**Grup B:** dijous, de 9.30 a 10.30 h  
Preu: 15,97 € (3 sessions)

Treball corporal per millorar la postura

i estirar el cos de manera correcta.  
Cal dur roba còmoda i mitjons.

### MÈTODE PILATES

**Grup A:** dilluns, de 18.00 a 19.00 h  
**Grup B:** dilluns, de 19.15 a 20.15 h  
**Grup C:** dijous, de 19.15 a 20.15 h  
**Grup D:** divendres, de 10.45 a 11.45 h  
Preu: 15,97 € (3 sessions)

Activitat física destinada a tonificar i a enfortir la musculatura a partir de la correcció postural i la concentració.

Cal dur roba còmoda i mitjons.

### PILATES AERÒBIC

Dimarts, de 20.30 a 21.30 h  
Preu: 15,97 € (3 sessions)

A més dels beneficis propis del pilates, augmenta el rendiment esportiu i millora la resistència cardiovascular.

Cal dur roba còmoda i mitjons.

### PILATES EN MOVIMENT

Dimecres, de 20.00 a 21.00 h  
Preu: 15,97 € (3 sessions)

Taller dirigit a prendre consciència del cos i reforçar l'esquena, la part central del cos i les cames, combinat amb una part més lúdica.

Cal dur roba còmoda i mitjons.

---

## HATHA-IOGA

---

**Grup A:** dimecres, de 18.45 a 19.45 h

**Grup B:** dijous, de 18.00 a 19.00 h

Preu: 15,97 € (3 sessions)

---

Sistema d'entrenament físic i mental que uneix el dinamisme i la força muscular, la ment, la respiració i la relaxació.

Cal dur roba còmoda i mitjons.

---

---

## IOGA

---

**Grup A:** dimarts, de 10.45 a 11.45 h

**Grup B:** dimarts, de 19.15 a 20.15 h

Preu: 15,97 € (3 sessions)

---

Aprèn postures per tonificar i estirar el cos. Respira correctament per alliberar tensions i arribar a un estat físic i mental saludable.

Cal dur roba còmoda i mitjons.

---

---

## IOGALATES

---

Dilluns, de 20.00 a 21.00 h

Preu: 15,97 € (3 sessions)

---

Aquesta activitat es nodreix del millor de les tècniques del ioga i del pilates. Enforteix, flexibilitza i tonifica tota la musculatura corporal. Podem afinar i reforçar la zona abdominal, alinear les articulacions i corregir els mals hàbits posturals.

Cal dur roba còmoda i mitjons.

---

---

## IOGA DINÀMIC

---

Dilluns, de 20.00 a 21.00 h

Preu: 15,97 € (3 sessions)

---

Practica de forma fluida àssanes per tonificar i estirar el cos. Respira correctament per alliberar tensions i arribar a un estat físic i mental saludable. Cal dur roba còmoda i mitjons.

---

---

## ASHTANGA VINYASA IOGA

---

Dimarts, de 18.45 a 19.45 h

Preu: 15,97 € (3 sessions)

---

L'ashtanga ioga es basa en postures i moviments fluids, lligats a la respiració (estil vinyasa: compassar cada moviment amb una inhalació, retenció o exhalació) i constitueix un sistema de sèries vigorós i exigent. Es treballa el cos àmpliament, la força i la flexibilitat.

Cal dur roba còmoda i mitjons.

---

---

## IOGA RELAXACIÓ

---

Divendres, de 17.30 a 18.30 h

Preu: 15,97 € (3 sessions)

---

Aprèn a obrir i mobilitzar el cos en sincronia amb la respiració, i amplia així la flexibilitat i la força. Respira correctament per alliberar tensions i arribar a un estat físic i mental saludable.

Cal dur roba còmoda i mitjons.

---

---

## FLEX & TONO

---

Dimecres, de 17.30 a 18.30 h

Preu: 15,97 € (3 sessions)

---

Millora la mobilitat, l'elasticitat i reforça el to muscular.

Cal dur roba còmoda i mitjons.

---

---

## TAITXÍ

---

Dilluns, de 18.45 a 19.45 h

Preu: 15,97 € (3 sessions)

---

Art marcial que pot practicar qualsevol persona i que es basa en una sèrie de moviments harmònics, amb què es treballa la flexibilitat i l'equilibri i es millora el funcionament del sistema cardiovascular.

Cal dur roba còmoda i mitjons.

---

---

## TXIKUNG

---

Divendres, de 18.00 a 19.00 h

Preu: 15,97 € (3 sessions)

---

Observacions: aquesta activitat comença divendres 1 de juliol.

Tècnica oriental en què es treballa en la flexibilitat i l'equilibri i que millora el funcionament del sistema cardiovascular.

Cal dur roba còmoda i mitjons.

---

---

## OSTEOPILATES

---

Dijous, de 12.00 a 13.00 h

Preu: 15,97 € (3 sessions)

---

---

L'activitat es basa en el mètode pilates, però se n'adapten els exercicis perquè resultin més beneficiosos i ajudin a enfortir els ossos i a prevenir possibles fractures.

Cal dur roba còmoda i mitjons.

---

---

## BENESTAR EMOCIONAL

---

---

### TERÀPIA DEL RIURE

---

Dilluns, de 9.30 a 10.30 h

Preu: 15,97 € (3 sessions)

---

Vols descobrir el poder del riure? Utilitzarem jocs per riure en grup, divertir-nos i gaudir mitjançant tècniques d'expressió corporal, la dansa i la respiració perquè el riure surti del cor i del ventre i no del cap.

---

---

### MINDFULNESS

---

**Grup A:** dilluns, de 20.30 a 21.30 h

Preu: 15,97 € (3 sessions)

**Grup B:** dimarts, d'11.45 a 13.15 h

Preu: 23,95 € (3 sessions)

---

Amb la pràctica del *mindfulness*, obtindràs un recull de recursos per augmentar els nivells de consciència, alleugerir les càrregues emocionals i reduir els nivells d'estrès per optimitzar la presa de decisions i gestionar les crisis i els desafiaments del dia a dia.

Alternarem elements teòrics amb exercicis pràctics de *mindfulness* (diferents tipus de meditació,



consciència plena en la vida quotidiana). Aprendre què és el *mindfulness* i com s'integra en la vida quotidiana.

---

## **INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL I COMUNICACIÓ**

---

**N**

**Dimecres, de 19.00 a 20.30 h**  
**Preu: 28,21 € (3 sessions)**

En aquest taller, aprendrem què és la intel·ligència emocional i quin impacte té a la nostra vida, per fer-ho adquirirem recursos pràctics amb l'objectiu d'aconseguir autoconeixement més gran. Coneixerem quines són les emocions bàsiques, les funcions de cada emoció i com cal gestionar-les de manera positiva per tal de millorar el propi benestar i gaudir d'unes millors relacions. Abordarem temes com la qualitat dels vincles amb el nostre entorn, la comunicació assertiva i no violenta i les necessitats d'autocura.

Hi haurà una part teòrica i una part de dinàmiques grupals i individuals.

---

## **ACTIVITATS A L'AIRE LLIURE**

---

---

### **MARXA NÒRDICA**

---

**Divendres, d'11.45 a 13.45 h**  
**Preu: 31,94 € (3 sessions)**

Activitat, apta per a tothom, basada en caminar amb l'ajut d'uns bastons

que ens permeten treballar les cames i la part superior del cos, la qual cosa aporta beneficis per a la salut.

Cal dur els bastons per poder fer l'activitat.

---

### **MARXA NÒRDICA: SORTIDES**

---

**N**

**Grup A: dimarts, 12 de juliol, de 10.00 a 13.00 h**  
**Preu: 22,14 € (1 sessió)**

Ruta: des de Sant Adrià fins al parc de la Llacuna, a Montcada i Reixac, vorejant el riu Besòs. Es torna amb Renfe des de Montcada.

Recomanem portar motxilla amb aigua, peça de fruita o fruita seca i parca o capelina per si de cas.

Observacions: aquesta ruta no té desnivell. Cal dur els bastons per poder fer l'activitat.

**Grup B: dimarts, 19 de juliol, de 10.00 a 13.00 h**  
**Preu: 22,14 € (1 sessió)**

Ruta: del Prat fins a les casetes modernistes de Sant Feliu de Llobregat vorejant el riu Llobregat. Es torna amb Trambaix fins a Barcelona.

Recomanem portar motxilla amb aigua, peça de fruita o fruita seca i parca o capelina per si de cas.

Observacions: aquesta ruta no té desnivell. Cal dur els bastons per poder fer l'activitat.

## ENTRENAMENT FUNCIONAL

Dijous, de 19.00 a 20.00 h  
Preu: 15,97 € (3 sessions)

És un tipus d'exercici físic amb l'objectiu d'aconseguir una rutina útil per a qualsevol persona entrenada o no amb material funcional, però sobretot utilitzant el propi pes corporal a través de moviments de cal·listènia.

## ACTIVITATS MIGDIA

### MEDITACIÓ

N

Dimecres, de 14.15 a 15.15 h  
Preu: 15,97 € (3 sessions)

La classe estarà dividida en una primera part de preparació física del cos per alliberar tensions i en una segona part per meditar a través de la tècnica del pranaiama (tècnica de respiració de ioga). No es requereix experiència prèvia en meditació, ni coneixements específics.

Cal dur roba còmoda i mitjons.



Fotografia: Freepik

## BALLS I DANSES

### BALLA AMB RITME!

N

Dimarts, de 12.00 a 13.00 h  
Preu: 15,97 € (3 sessions)

Diverteix-te ballant al ritme de la música.

Cal dur roba còmoda i ampolla d'aigua.

### EXPRESSIONI LLATINA PER A DONES

Dimecres, de 18.00 a 19.00 h  
Preu: 15,97 € (3 sessions)

Practicarem de forma individual al ritme de merengue, salsa, bachata, cúmbia i mambo.

### BALLS LLATINS SENSE PARELLA

Dimecres, de 19.15 a 20.15 h  
Preu: 15,97 € (3 sessions)

Practicarem de forma individual els diferents estils llatins: merengue, salsa, bachata, cúmbia, txa-txa-txa, conga i mambo.

### DANCE TOK!

N

Dijous, de 18.00 a 19.00 h  
Preu: 15,97 € (3 sessions)

Aprèn diferents coreografies actuals

de la plataforma TikTok.

Cal dur roba còmoda i ampolla d'aigua.

## ARTS ESCÈNIQUES

### TÈCNiques D'IMPROVISACIÓ TEATRAL

N

Divendres, de 19.15 a 20.30 h  
Preu: 23,49 € (3 sessions)

Aprèn tècniques per improvisar de manera expressiva i comprensiva, guanya confiança i millora l'expressió oral i corporal mitjançant la pràctica teatral.



Fotografia: Freepik

## ESPAI FES TEATRE!

Dissabte, d'11.30 a 13.30 h  
Preu: 8 € per persona (4 sessions)  
Observacions: aquesta activitat comença dissabte 2 de juliol

Si t'agrada el teatre i vols disposar d'un espai obert per a la pràctica teatral, vine a compartir la teva passió. Crearem un grup obert i autodidacte, pensat per crear des de la participació social. Les arts escèniques en general i el teatre en particular seran el punt de partida i l'eix central d'aquest nou espai!

Apunta-t'hi i fes teatre!

Mínim sis persones per obrir l'espai.

Cal una persona que representi el grup per comunicar-se amb la coordinació del centre.

## ARTS I ARTESANIES

### DIBUIX I PINTURA

**Grup A:** dilluns, d'11.45 a 13.15 h  
**Grup B:** dijous, de 10.00 a 11.30 h  
**Grup C:** dijous, d'11.45 a 13.15 h  
Preu: 23,95 € (3 sessions)

Taller de dibuix i pintura on es realitzarà un acompanyament personalitzat segons els materials que l'alumne hagi escollit portar. A cada sessió es farà una proposta concreta però si l'alumne té un projecte personal que

---

vulgui desenvolupar a la classe ho podrà fer.

No calen coneixements previs.

---

**SEQÜÈNCIES DE LA MATERNITAT I SANT RAMON. SORTIDES FOTOGRÀFIQUES**

---

**N**

Dimecres, de 17.30 a 19.30 h

Preu: 31,94 € (3 sessions)

---

Com és el nostre barri? Respon aquesta pregunta fent fotografies!

Farem sortides fotogràfiques per racons del barri mentre proposem activitats i reptes fotogràfics. Durant les sortides aprendrem aspectes compositius com els punts de vista, la regla dels terços, l'efecte *pattern*, l'espai negatiu, etc. I utilitzarem les fotos que farem per aprendre quines cal seleccionar i ordenar-les per crear narratives visuals atractives i coherents.

No cal tenir nocions de tècnica fotogràfica i podeu portar la vostra càmera de fotos, la càmera del mòbil o us podem deixar una càmera fotogràfica.

Finalment, donarem forma als nostres treballs exposant una petita mostra de les fotografies fetes durant el taller.

---

**LLENGÜES**

---

---

**FRANCÈS (CONVERSA)**

---

Dimarts, de 18.30 a 20.00 h

Preu: 23,95 € (3 sessions)

---

Taller de conversa dirigit a persones que vulguin practicar la llengua i aprendre nou vocabulari. Xerrarem en

---

francès des del primer dia. Parlarem de cinema, sèries, música, literatura, gastronomia, altres cultures, festivals, temes d'actualitat i tot allò que pugueu trobar interessant. Cal tenir un nivell suficient de la llengua per mantenir una conversa en francès.

---

**ANGLÈS PER VIATJAR (BÀSIC)**

---

**N**

Dimarts, de 10.00 a 11.30 h

Preu: 23,95 € (3 sessions)

---

Taller dirigit a persones que ja tinguin un nivell bàsic d'anglès i que vulguin practicar el llenguatge bàsic quotidià amb vocabulari útil per viatjar. Amb situacions típiques com reservar una habitació d'hotel, preguntar direccions, comprar entrades per a un concert, demanar un àpat al restaurant, entre d'altres.

---

**ANGLÈS (CONVERSA)**

---

Dijous, de 9.30 a 11.00 h

Preu: 23,95 € (3 sessions)

---

Taller de conversa dirigit a persones que vulguin practicar la llengua i aprendre nou vocabulari. Xerrarem en anglès des del primer dia. Parlarem de cinema, sèries, música, literatura, gastronomia, altres cultures, festivals, temes d'actualitat i tot allò que pugueu trobar interessant. Cal tenir un nivell suficient de la llengua per mantenir una conversa en anglès.

# LUDOTECA LA TARDOR

La ludoteca, així com tots els infants i famílies, seguirà en tot moment la normativa vigent de seguretat i higiene indicada per l'Ajuntament de Barcelona i el Districte de les Corts. Per tant, en funció dels canvis que hi pugui haver la ludoteca actualitzarà les mesures que cal implementar.

## Un estiu de joc!

*En línia*

### INSCRIPCIONS

### a partir del

### 24 D'ABRIL



---

## JUNY - JULIOL

---

### CASAL D'ESTIU: "UN ESTIU DE JOC!"

**DEL 27 DE JUNY AL 29 DE JULIOL**

**TORN 1:** del 27 de juny a l'1 de juliol

**TORN 2:** del 4 al 8 de juliol

**TORN 3:** de l'11 al 15 de juliol

**TORN 4:** del 18 al 22 de juliol

**TORN 5:** del 25 al 29 de juliol

**Horari:** de 9.00 a 13.00 h

**Inscripcions:** a partir del 25 d'abril  
en línia al web

[vacances.barcelona.cat](http://vacances.barcelona.cat)

**Lloc:** Ludoteca

**Preu:** 55€ per torn

**Places:** 20 infants per torn

**Edat:** de 3 a 12 anys

---

El centre d'interès serà el joc unit amb les arts i la cultura com a eina d'expressió, de coneixement i d'aprenentatge. Farem activitats ludicoeducatives d'arts plàstiques, musicals, dansa, teatre, jocs i robòtica. Els objectius del casal són els següents:

- Apropar-se a la dansa, la música i el teatre des del joc.
- Descobrir l'art des de l'expressió creativa.
- Aprendre jocs tradicionals i jocs tecnològics.
- Desenvolupar la socialització a través dels valors de l'amistat.
- Gaudir d'un estiu ple d'emoció, diversió i joc!

---

## A PARTIR DEL SETEMBRE

---

**Inici del trimestre:** dilluns, 12 de setembre

**Final del trimestre:** dimecres, 21 de desembre

**INSCRIPCIONS:** presencials els dies 7, 8 i 9 de setembre de 10.00 a 13.00 h i de 16.00 a 19.00 h

---

### NENS I NENES DE 0-3 ANYS I FAMÍLIES

**Dimecres i divendres**

**Horari:** de 10.00 a 13.00 h

**Preus:** 2 dies, 20,08 €; 1 dia, 10,03 €

**Descomptes:**

2 dies, 2n germà o germana: 13,36 €

1 dia, 2n germà o germana: 6,68 €

2 dies, 3r germà o germana: 6,63 €

1 dia, 3r germà o germana: 3,31 €

**Espai de psicomotricitat:** sala 5

**Horari de psicomotricitat:** dimecres, de 10.30 a 13.00 h

**Places:** 12 infants més una única persona adulta per infant

---

Consisteix en un espai de trobada on infants i adults comparteixen una estona de joc. Aquest espai té com a finalitat fomentar la relació infant-adult respecte al joc, en un entorn agradable que organitza una sèrie atractiva d'activitats trimestrals per als més petits.

**Normativa:** les famílies han de complir una assistència i participació mínima i continuada al servei. Les famílies perden la plaça en cas d'un mes d'absència sense justificació o comunicació. La plaça passa automàticament al

primer de la llista d'espera i així successivament.

## **A LA TARDA, LUDOTECA EN FAMÍLIA! ESPAI FAMILIAR PER A NENS I NENES DE 2-5 ANYS I LES SEVES FAMÍLIES**

### **Dimecres**

**Horari:** de 16.30 a 19.30 h

**Preus:** 20,08 € infant més persona adulta

### **Descomptes:**

2n germà o germana: 13,36 €

3r germà o germana: 6,63 €

**Places:** 12 infants més una única persona adulta per infant

Oferim un espai de trobada i socialització per a nens i nenes de P2, P3, P4 i P5 acompanyats d'una persona adulta per compartir joc lliure i activitats semidirigides amb les altres famílies i infants. Així mateix, es tracta d'un espai on les persones adultes poden compartir les seves experiències sobre l'educació i la criança dels seus nens i nenes. La finalitat d'aquest servei és fomentar relacions positives respecte al joc en família i les relacions amb el grup d'iguals.

## **NENS I NENES DE 4-6 ANYS**

### **Dilluns i divendres**

**Horari:** de 16.30 a 19.30 h

**Preu:** 2 dies, 20,08 €; 1 dia, 10,03 €

### **Descomptes:**

2 dies, 2n germà o germana: 13,36 €

1 dia, 2n germà o germana: 6,68 €

2 dies, 3r germà o germana: 6,63 €

1 dia, 3r germà o germana: 3,31 €

**Places:** 18

Oferim un espai de joc lliure i espontani on es treballa seguint el calendari festiu a través de tallers, manualitats, jocs, contes, cançons, danses, etc., que estimulin la creativitat, i segons l'edat dels i les participants, a fi de fomentar la interacció entre infants, la cooperació i el respecte mutu.

## **NENS I NENES DE 7-12 ANYS**

### **Dimarts i dijous**

**Horari:** de 16.30 a 19.30 h

**Preu:** 2 dies, 20,08 €; 1 dia, 10,03 €

### **Descomptes:**

2 dies, 2n germà o germana: 13,36 €

1 dia, 2n germà o germana: 6,68 €

2 dies, 3r germà o germana: 6,63 €

1 dia, 3r germà o germana: 3,31 €

**Places:** 18

Oferim un espai de trobada on es fomenta l'educació en valors a través de la cooperació, la igualtat, el respecte mutu i la cura del medi ambient. Tot a partir del joc lliure, espontani i d'activitats guiades. Al llarg del trimestre es treballa amb un centre d'interès concret que inclou tota mena d'activitats. A més, es pot dedicar una estona a fer tasques de l'escola.



# ACTIVITATS CULTURALS

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

- És **obligatori inscriure's** a les activitats culturals, tot i ser gratuïtes, a excepció del cinema a la fresca.
- Podeu fer la **inscripció en línia** mitjançant el web [ajuntament.barcelona.cat/ccivics/josepmtriasipeitx](http://ajuntament.barcelona.cat/ccivics/josepmtriasipeitx) o bé de **manera presencial**.
- Es recomana la **reserva d'entrades en línia**: en el cas de reserves telefòniques o presencials, cal disposar del nom complet, el telèfon i l'adreça electrònica de la persona que reserva. Es poden reservar fins a 2 entrades.
- L'aforament de la **sala d'actes** serà el que indiqui la **normativa vigent**.
- S'ha d'arribar amb temps **d'antelació** suficient per facilitar l'entrada (obertura de portes, 15 minuts abans).
- Cal seguir, en tot moment, les indicacions del personal del centre i esperar a rebre indicacions del personal del centre tant per entrar a la sala com per sortir-ne.
- L'ús de la **mascareta** és recomanable però no obligatori.

## EXPOSICIONS

Us interessa donar a conèixer la vostra obra? Envieu-nos la vostra proposta a [culturatriasipeitx@lleuresport.cat](mailto:culturatriasipeitx@lleuresport.cat).

Horari: de 9.00 a 21.00 h

## LES CULTURES AFRICANES

Del 4 al 28 de juliol

Fotografia

Professional: Montserrat Sagarra

Les diferents ètnies africanes actuals ens proposen una revisió de la diversitat cultural del nostre món. Les fotografies proposades, així com els seus emplaçaments, han estat registrats durant els anys 2018, 2019 i 2021 i, a través seu, podem millorar el nostre coneixement de la seva cultura i forma de vida. La visió de les imatges és purament antropològica i cultural; durant els segles xx i xxi les seves vides han anat canviant, però malgrat el seu l'alt

grau coneixement de la cultura occidental, encara continuen inalterades algunes de les seves costums.



Fotografia: Montserrat Sagarra



## DEU ANYS DE RADARS A LA MATERNITAT I SANT RAMON. UN EXEMPLE DE SOLIDARITAT COMUNITÀRIA. FEM RADARS, FEM BARRI.

Del 6 al 29 de setembre  
Plafons, fotografies i vídeos  
Professional: Taula Radars de la Maternitat i Sant Ramon

Aquesta exposició és el recull de l'itinerari i la trajectòria de la Taula Radars de la Maternitat i Sant Ramon des dels inicis l'any 2012 fins al 2022. Volem commemorar aquets **10 anys** d'història als nostres barris. Uns anys de molta tasca comunitària que ha anat teixint una xarxa important per acompanyar la població més gran de 65 anys.

Radars és un **projecte comunitari**, l'objectiu del qual és prevenir i pal·liar la soledat de les persones grans, així com detectar possibles situacions de risc.

Amb l'exposició volem donar a conèixer com es desenvolupa el projecte als nostres barris, qui en formem part, quins són els nostres objectius, com aconseguim arribar a tothom que pugui beneficiar-se... També volem fer una crida a veïns i veïnes per tal que col·laborin amb Radars per continuar la nostra tasca com fins ara.



Fotografia: Taula Radars

## SORTIDES CULTURALS

### MISTERI, LLEGENDA I HISTÒRIA OCULTA DE BARCELONA

**DIJOUS, 14 DE JULIOL, A LES 21.00 h**

Punt de trobada: av. Francesc Cambó, 16, davant la terrassa del restaurant Cuines Santa Caterina

Guia: Jordi Pisa, historiador i guia cultural

Durada: 2 hores, aprox.

Preu: 10.65 € per persona

Els carrers de Barcelona amaguen una història terrorífica plena d'assassins, heretges, criminals i fantasmes.

Aquesta ruta ens permetrà recórrer els racons més obscurs de la ciutat i conèixer alguns dels episodis més dramàtics que han esdevingut a les seves vies.

Reviurem una part de la història poc coneguda de la ciutat i ens endinsarem en alguns dels misteris i de les històries més esgarrifoses que han succeït a Barcelona, com els assassinats de la Vampira del Raval; els crims de l'Hostal de la Flor del Lliri; l'existència del Fossar dels Condemnats, o l'obscura història dels templers.

És la ruta que abans es deia Barcelona Nocturna i Terrorífica.



Fotografia: Pixabay

## BARCELONA MEDIEVAL (BARRI GÒTIC)

**DIJOUS, 29 DE SETEMBRE,  
A LES 19.00 h**

Punt de trobada: escalinates de la catedral de Barcelona, al costat de la Pia Almoïna

Guia: Jorge Pisa, historiador i guia cultural

Durada: 2 hores, aprox.

Preu: 10,65 € per persona

Barcelona va assolir una gran importància durant l'edat mitjana, a partir de quan la ciutat es va convertir en capital de comtat.

Barcelona va esdevenir una gran ciutat mediterrània i com a tal s'hi van construir tota una sèrie d'edificis civils i religiosos que van donar forma als barris i carrers.

En aquesta ruta visitarem el barri Gòtic per conèixer el seu patrimoni i les històries i llegendes que l'envolten.



Fotografia: Wikimedia

## ESPECTACLES

G

### UN TOC DE MÀGIA

**DIJOUS, 7 DE JULIOL,  
A LES 20.00 h**

Professional: Pere Miró

L'espectacle *Un toc de màgia* de Pere Miró consisteix en una sèrie d'il·lusions que proposa al públic perquè al seu costat entri al món de la il·lusió i de **l'il·lusionisme**.

És una **màgia visual**, per a **qualsevol tipus de públic**. Unes vegades més divertida, d'altres més col·laborativa i unes altres més íntima però que mai no deixa indiferent el públic. "... no puc permetre que el públic s'avorreixi!!"

La màgia de Pere Miró es basa en la paraula, el gest i la música per crear l'ambient idoni necessari per gaudir d'un espectacle de màgia. Deixem de banda les preocupacions diàries per passar uns moments entretinguts per les il·lusions, per la màgia i pel bon humor.

Pere Miró és un mag barceloní format en diverses arts escèniques i a l'Associació Catalana d'Artistes Il·lusionistes. Ha treballat a diferents televisions i la seva trajectòria ha estat a l'especialitat de màgia d'escena.



Fotografia: Pere Miró

## MONÒLEG *STAND-UP*: LA COSA AQUESTA DE SER FELIÇ

**DIJOUS, 14 DE JULIOL,  
A LES 20.00 h**

Professional: Gely y Dante Sorgentini  
Espectacle en castellà  
No recomanada per a menors  
de 14 anys

*La cosa aquesta de ser feliç* ofereix un entretingut xou que barreja els acudits de Gely, una monologuista còmica, i les cançons improvisades en el moment pel cantautor Dante Sorgentini. Així, embastant les seves idees amb humor i improvisació, es diverteixen i fan divertir-se el públic en un espectacle únic que mai no es repeteix.



Fotografia: Gely i Dante Sorgentini

## CICLE DE CLÀSSICA A LES CORTS

**DE RAMEAU A RAVEL**

**DIJOUS, 2 DE JUNY,  
A LES 19.00 h**

Preu: entrada general, 4,64 €  
Infants de menys de 12 anys: gratuït

La pianista Natalie Schwamova, guanyadora de premis nacionals i internacionals, guardonada en el concurs CIM, interpretarà obres de Rameau, Schumann, Chopin i Ravel.

**Natalie Schwamova**, pianista



Fotografia: Natalie Schwamova

## CINEMA A LA FRESCA

G

Aquest estiu podem gaudir del cinema amb la proposta que ens fan des del Pantalla Barcelona. Aquestes són les pel·lícules.

**No cal inscripció prèvia pel cinema a la fresca**



### JOSEP

**DIMARTS, 28 DE JUNY,  
A LES 21.30 h**

**Jardí Clot d'en Salvi (Travessera  
de les Corts, 60)**

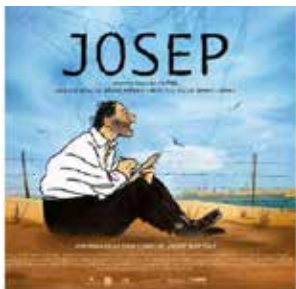
Febrer, 1939. Aclaparat per l'onada de republicans que fugen de la dictadura de Franco, el Govern francès opta per confinar els espanyols en camps de concentració. En un d'aquells camps, dos homes, separats per un filferro de puaes, feien una amistat. Un d'ells és Josep Bartoli, un dibuixant que lluita contra el règim de Franco.

Direcció: Aurel

Durada: 77 min

Apta per a tots els públics

Idioma original: castellà, català i francès, i subtítols en català



Fotografia: Josep

## SIS DIES CORRENTS

**DIMARTS, 5 DE JULIOL,  
A LES 21.30 h**

**Jardí Clot d'en Salvi (Travessera  
de les Corts, 60)**

A fi de superar la setmana de prova en una empresa, un jove lampista marroquí ha de bregar amb les excentricitats de clients i companys de feina per igual.

Direcció: Neus Ballús

Durada: 85 min

Apta per a tots els públics

Idioma original: castellà, català i berber, i subtítols en català



Fotografia: Sis dies corrents

---

**MEDITERRÀNEO**

---

**DIMARTS, 12 DE JULIOL,  
A LES 21.30 h**  
**Jardí Clot d'en Salvi (Travessera  
de les Corts, 60)**

---

Tardor del 2015. Dos socorristes, l'Òscar (Eduard Fernández) i el Gerard (Dani Rovira), viatgen fins a l'illa de Lesbos, a Grècia, impactats per la fotografia d'un nen ofegat a les aigües del Mediterrani. En arribar descobreixen una realitat esglaiadora: milers de persones arriben les seves vides cada dia creuant el mar en embarcacions precàries i fugint de conflictes armats. No obstant això, ningú no exerceix tasques de rescat. Amb l'Esther (Anna Castillo), el Nico (Sergi López) i altres membres de l'equip, lluitaran per complir un objectiu, donant suport a persones que ho necessiten. Per a tots, aquest viatge inicial suposarà una odissea que marcarà les seves vides.

Direcció: Marcel Barrena

Durada: 112 min

No recomanada per a menors de 7 anys

Idioma original: castellà, i sense subtítols

**Possibilitat d'audiodescripció mitjançant l'aplicació AudescMobile.**



Fotografia: Mediterraneo

---

**LIBERTAD**

---

**DIMARTS, 19 DE JULIOL,  
A LES 21.30 h**  
**Jardí Clot d'en Salvi (Travessera  
de les Corts, 60)**

---

Després de molt temps sense coincidir a la casa d'estiu, la família Vidal passa les últimes vacances amb l'àvia Àngela. Per primera vegada a la seva vida, la Nora (14 anys) sent que no troba el seu lloc: els jocs d'infants li semblen ridículs i les converses dels adults encara li van grans. Però tot canvia amb l'arribada de la Libertad (15 anys), la filla de la Rosana, la dona colombiana que cuida l'àvia.

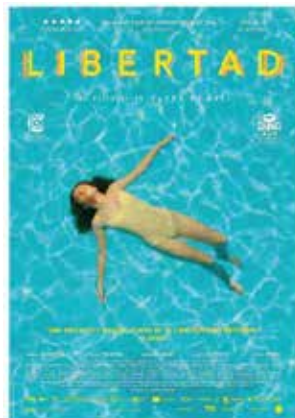
Direcció: Clara Roquet

Durada: 104 min

No recomanada per a menors de 12 anys

Idioma original: castellà, i sense subtítols

**Possibilitat d'audiodescripció mitjançant l'aplicació AudescMobile.**



Fotografia: Libertad

## CICLE: AUTOCONEIXEMENT I MEDITACIÓ

G

### MEDITACIÓ A L'AIRE LLIURE

**DIMECRES, 6 DE JULIOL,  
A LES 19.00 h**

Professional: M. Carmen Ruano,  
terapeuta

Punt de trobada: escales de l'entrada principal del parc de Cervantes, a l'avinguda Diagonal.

M. Carmen Ruano ens proposa una meditació diferent: sortir al parc de Cervantes i gaudir d'un espai i d'una estona per connectar amb el jo interior.

Cal dur màrrega.



Fotografia: Pixabay

### MEDITACIÓ

**DIMECRES, 28 DE SETEMBRE,  
A LES 19.30 h**

Professional: M. Carmen Ruano,  
terapeuta

Amb la meditació entrenarem la ment per conèixer-nos més i arribar a la nostra consciència. Descobrirem com som i les qualitats que podem despertar en nosaltres, ja que algunes es troben adormides. Com sempre,

farem una xerrada introductòria i després, la meditació.

Aquesta activitat es farà **en línia**. Cal inscriure-s'hi per rebre l'enllaç de YouTube.

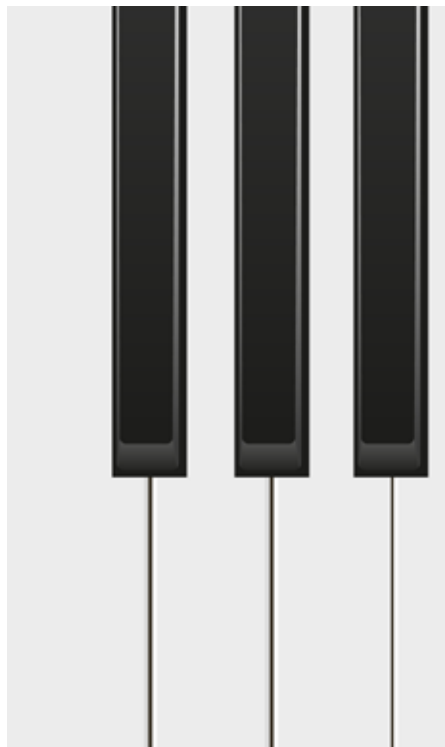
### PIANO OBERT

Hores a convenir

Sala d'actes

Cal inscriure-s'hi prèviament

Encara no sabeu que el nostre magnífic piano està esperant que el vinguin a tocar? Molts músics ja s'han beneficiat d'aquest projecte. Feu-hi la vostra reserva per correu electrònic a [ccjosepmtriasipeitx@lleuresport.cat](mailto:ccjosepmtriasipeitx@lleuresport.cat).



Fotografia: Pixabay



## ENTITATS

### **Aula d'Extensió Universitària Les Corts Oest**

Horari: dimecres, de 17.30 a 19.30 h

Més informació:

[aulalescortsoest@gmail.com](mailto:aulalescortsoest@gmail.com)

### **Banc Solidari**

Horari: de dilluns a divendres, de 10.30 a 13.00 h, i de dilluns a dijous, de 17.00 a 20.00 h

Més informació: 934 480 238,  
[bancsolidari@hotmail.com](mailto:bancsolidari@hotmail.com) i

[www.bancsolidari.org](http://www.bancsolidari.org)

### **Grup de Dol**

Organitzat pel Banc Solidari.

Aquest és un espai per donar suport a totes les persones que han perdut un ésser estimat.

## ALTRES SERVEIS CESSIÓ D'ESPAIS

El Centre Cívic Josep M. Trias i Peitx disposa d'una sala d'actes, dues sales polivalentes i dues aules que posa a la disposició tant d'entitats com de particulars i empreses. Són sales que s'adapten a diferents activitats: reunions, concerts, assajos musicals, tallers.

Consulteu-ne la disponibilitat i el pressupost:

[ccjosepmtriasipeitx@lleuresport.cat](mailto:ccjosepmtriasipeitx@lleuresport.cat).



---

**AGENDA CULTURAL DEL CENTRE CÍVIC I DE LA LUDOTECA LA TARDOR**

---

---

**JUNY**

---

Dijous, 2	A les 19.00 h	De Rameau a Ravel	Clàssica a les Corts	pàg. 19
Dimarts, 28	A les 21.30 h	<i>Josep</i>	Cinema a la fresca	pàg. 20

---

---

**JULIOL**

---

Del 4 al 28	De 9.00 a 21.00 h	Les cultures africanes	Exposició	pàg. 16
Dimarts, 5	A les 21.30 h	<i>Sis dies corrents</i>	Cinema a la fresca	pàg. 20
Dimecres, 6	A les 19.00 h	Meditació a l'aire lliure	Conferència-sortida	pàg. 22
Dijous, 7	A les 20.00 h	<i>Un toc de màgia</i>	Espectacle de màgia	pàg. 18
Dimarts, 12	A les 21.30 h	<i>Mediterráneo</i>	Cinema a la fresca	pàg. 21
Dijous, 14	A les 20.00 h	<i>La cosa aquesta de ser feliç</i>	Monòleg	pàg. 19
Dijous, 14	A les 21.00 h	Misteri, llegenda i història oculta de Barcelona	Sortida	pàg. 17
Dimarts, 19	A les 21.30 h	<i>Libertad</i>	Cinema a la fresca	pàg. 21

---

---

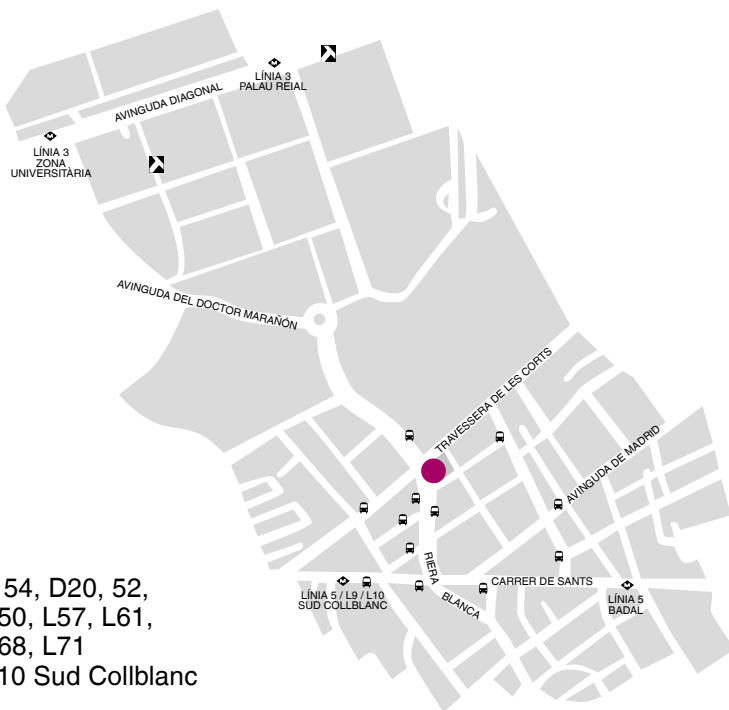
**SETEMBRE**

---

Del 6 al 29	De 9.00 a 21.00 h	Deu anys de Radars a la Maternitat i Sant Ramon. Un exemple de solidaritat comunitària. Fem Radars, Fem barri.	Exposició	pàg. 17
Dimecres, 28	A les 19.30 h	Despertem la nostra consciència: meditació	Conferència	pàg. 22
Dijous, 29	A les 19.00 h	Barcelona medieval	Sortida	pàg. 18

---





Bus: V1, H8, 75, 54, D20, 52,  
157, 113, L12, L50, L57, L61,  
L62, L64, L65, L68, L71  
Metro: L5, L9 i L10 Sud Collblanc  
Tram: T1, T2, T3


## ADREÇA

**CENTRE CÍVIC  
JOSEP M. TRIAS I PEITX**  
Riera Blanca, 1-3  
Tel.: 934 480 499  
08028 Barcelona

## HORARIS

Horari d'obertura:  
de dilluns a divendres, de 9.00 a  
21.30 h  
Dissabtes, de 9.00 a 14.00 h

## INFORMACIÓ ADDICIONAL

 Adaptat per a persones amb  
mobilitat reduïda

## PER A MÉS INFORMACIÓ

[barcelona.cat/ccjosepmtriasipeitx](http://barcelona.cat/ccjosepmtriasipeitx)  
[ccjosepmtriasipeitx@lleuresport.cat](mailto:ccjosepmtriasipeitx@lleuresport.cat)  
[Facebook.com/ccjosepmtriasipeitx](https://www.facebook.com/ccjosepmtriasipeitx)  
Twitter: @ccjmtriasipeitx