

Centre Cívic Josep M. Trias i Peitx

# PROGRAMACIÓ TRIMESTRAL

Gener-març del 2023

Josep M. Trias i Peitx



Ajuntament de  
Barcelona



---

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

---

---

<b>TALLERS I MONOGRÀFICS</b>	pàg. 5
------------------------------	--------

---

<b>SALUT I BENESTAR</b>	pàg. 5
<b>BENESTAR FÍSIC</b>	pàg. 5
<b>BENESTAR EMOCIONAL</b>	pàg. 8
<b>ACTIVITATS A L'AIRE LLIURE</b>	pàg. 9
<b>ACTIVITATS DE MIGDIA</b>	pàg. 9
<b>BALLS I DANSES</b>	pàg. 10
<b>ACTIVITATS INFANTILS</b>	pàg. 10
<b>ARTS ESCÈNIQUES</b>	pàg. 11
<b>ARTS I ARTESANIES</b>	pàg. 11
<b>MUSICALS</b>	pàg. 13
<b>HUMANITATS</b>	pàg. 14
<b>LLENGÜES</b>	pàg. 15
<b>ESPAI D'INFORMÀTICA</b>	pàg. 16
<b>RECURSOS</b>	pàg. 16

---

<b>LUDETECA</b>	pàg. 17
-----------------	---------

---

<b>CULTURA</b>	pàg. 23
----------------	---------

---

<b>CICLE DE MÚSICA CLÀSSICA</b>	pàg. 32
---------------------------------	---------

---

LLEGENDA



ACTIVITAT  
GRATUÏTA



NOVETAT

Fotografia de portada: Houda Bakkali

---

## 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.

**RENOVACIONS:** dilluns, 28 de novembre

**NOVES INSCRIPCIONS:** dilluns, 12 de desembre

**INICI D'ACTIVITATS:** dilluns, 9 de gener

**PERÍODE DE DEVOLUCIONS:** del 28 de novembre fins al 30 de desembre.

### 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 28 de novembre.

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 en el qual està inscrita, ha de notificar-ho durant el període de devolucions.
- El període de devolucions és del 28 de novembre fins al 30 de desembre de 2022. Les devolucions amb justificat mèdic, que demostrï que no poden fer el taller només es faran fins dissabte 14 de gener del 2023. Si s'ha assistit a la primera sessió, es retornarà la part proporcional de l'import. Passades aquestes dates i iniciada l'activitat, no es retornarà en cap cas l'import de la inscripció.
- En el cas dels tallers que s'hagin d'anul·lar pel fet de no tenir un nombre mínim de participants, es tornarà 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'inter-

rompran 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.
- 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.
- El centre es fa responsable de complir la normativa sanitària vigent.

---

## **MESURES HIGIÈNIQUES**

---

A continuació es detalla el protocol d'higiene del Centre Cívic Josep M. Trias i Peitx:

- Desinfecció diària de tots els espais.
- A l'entrada del centre hi ha un dispensador de gel hidroalcohòlic.
- 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).

# TALLERS I MONOGRÀFICS

## SALUT I BENESTAR

### BENESTAR FÍSIC

#### MANTENIMENT SUAU

**Grup A:** dilluns, de 10.00 a 11.00 h  
**Grup B:** dimecres, de 10.00 a 11.00 h  
**Grup C:** dijous, de 18.30 a 19.30 h  
Preu: 58,56 € (11 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, d'11.00 a 12.00 h  
**Grup B:** dimecres, d'11.00 a 12.00 h  
Preu: 58,56 € (11 sessions)

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

Cal dur roba còmoda i mitjons.

#### EDUCACIÓ POSTURAL

**Grup A:** dilluns, de 12.00 a 13.00 h  
**Grup B:** dimarts, d'11.00 a 12.00 h  
**Grup C:** dijous, de 10.00 a 11.00 h  
Preu: 58,56 € (11 sessions)

Treball corporal per millorar la postura

i estirar el cos de manera correcta.

Cal dur roba còmoda i mitjons.

### ESTIRAMENTS

**Grup A:** dimarts, de 18.30 a 19.30 h  
**Grup B:** dijous, de 18.30 a 19.30 h  
Preu: 58,56 € (11 sessions)

Entrena la flexibilitat, millora la postura i evita dolors corporals i contractures. Treballarem a través de la gimnàstica postural i els estiraments. L'objectiu d'aquest curs és augmentar el rang de moviment articular, tenir una postura millor i reduir tensions musculars diàries.

Cal dur roba còmoda i mitjons.

### MÈTODE PILATES

**Grup A:** dilluns, de 18.30 a 19.30 h  
**Grup B:** dilluns, de 19.30 a 20.30 h  
**Grup C:** dimarts, de 18.30 a 19.30 h  
**Grup D:** dijous d'11.00 a 12.00 h  
**Grup E:** dijous, d'11.00 a 12.00 h  
**Grup F:** dijous, de 19.30 a 20.30 h  
**Grup G:** divendres, de 10.00 a 11.00 h  
Preu: 58,56 € (11 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.

### MÈTODE PILATES INTENS

Dimarts, de 9.15 a 10.00 h  
Preu: 43,92 € (11 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.

---

### **OSTEOPILATES**

---

**Grup A:** dimarts, de 12.00 a 13.00 h

**Grup B:** dijous, de 12.00 a 13.00 h

Preu: 58,56 € (11 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.

---

### **PILATES AERÒBIC**

---

**Dimarts, de 20.30 a 21.30 h**

Preu: 58,56 € (11 sessions)

---

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

Cal dur roba còmoda i mitjons.

---

### **GIMNÀSTICA AERÒBICA**

---

**Dimarts, de 19.30 a 20.30 h**

Preu: 58,56 € (11 sessions)

---

Activitat que, mitjançant la realització de rutines d'exercici amb música, aconsegueix conservar un bon estat físic.

Cal dur roba còmoda i mitjons.

---

### **PILATES EN MOVIMENT**

---

**Grup A:** dimecres, de 19.30 a 20.30 h

**Grup B:** dimecres, de 12.00 a 13.00 h **N**

Preu: 58,56 € (11 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:** dilluns, de 17.00 a 18.30 h

Preu: 87,85 € (11 sessions)

**Grup B:** dimecres, de 18.30 a 19.30 h

**Grup C:** dijous, de 18.30 a 19.30 h

Preu: 58,56 € (11 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:** dilluns, de 20.30 a 21.30 h

**Grup B:** dimarts, de 10.00 a 11.00 h

**Grup C:** dimarts, de 19.30 a 20.30 h

Preu: 58,56 € (11 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**

---

**Grup A:** dilluns, de 19.30 a 20.30 h  
**Grup B:** dimarts, de 20.30 a 21.30 h  
**Grup C:** divendres, d'11.00 a 12.00 h  
Preu: 58,56 € (11 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.

---

**ASHTANGA VINYASA IOGA**

---

**Dimarts, de 19.30 a 20.30 h**  
Preu: 58,56 € (11 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 PER EMBARASSADES**

---

**N**

**Grup A:** dimarts, de 17.30 a 18.30 h  
**Grup B:** dijous, de 17.30 a 18.30 h  
Preu: 73,80 € (10 sessions)

Taller que barreja teoria i pràctica, enfocat a dones embarassades des del primer trimestre fins a pràcticament el

final. Es buscarà que no parin de tenir activitat física amb la pràctica de ioga adaptat per al seu estat de gestació. Treballaran en diferents fases i emocions a més de les respiracions adequades per a cada moment de l'embaràs per a afavorir el seu benestar.

Abans de realitzar la inscripció en aquesta activitat consulta amb el/la metge/ssa si per al teu estat de salut és recomanable.

Cal dur roba còmoda, tovallola i mitjons.

---

**IOGA RELAXACIÓ**

---

**Divendres, de 19.00 a 20.00 h**  
Preu: 58,56 € (11 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.

---

**REFORÇ DE SOL PELVIÀ**

---

**Divendres, de 9.15 a 10.00 h**  
Preu: 43,92 € (11 sessions)

Activitat per millorar la musculatura de la part inferior de la pelvis.

Cal dur roba còmoda i mitjons.

---

**FLEX & TONO**

---

**Dimecres, de 17.30 a 18.30 h**  
Preu: 58,56 € (11 sessions)

---

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

Cal dur roba còmoda i mitjons.

---

**TAITXÍ**

---

**N**

---

Dilluns, de 17.30 a 18.30 h  
Preu: 58,56 € (11 sessions)

---

Art marcial que pot practicar qual-sevol 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: 58,56 € (11 sessions)

---

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

Cal dur roba còmoda i mitjons.

---

**DEFENSA PERSONAL**

---

---

Divendres, de 20.00 a 21.00 h  
Preu: 58,56 € (11 sessions)

---

Tècniques per saber defensar-se davant d'una agressió.

Cal dur roba còmoda i mitjons.

---

**BENESTAR EMOCIONAL**

---

---

**TERÀPIA DEL RIURE**

---

---

Dilluns, de 9.30 a 10.30 h  
Preu: 58,56 € (11 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.

---

**TALLER DE MEMÒRIA**

---

**N**

---

Dilluns, de 10.30 a 11.30 h  
Preu: 58,56 € (11 sessions)

---

Treballarem la memòria mitjançant jocs divertits i activitats memorístiques per mantenir-la en bon estat. Desenvoluparem exercicis per estimular l'atenció, jocs visuals i exercicis de fluïdesa verbal.

---

**MINDFULNESS**

---

---

**Grup A:** dilluns, de 20.30 a 21.30 h  
Preu: 58,56 € (11 sessions)

**Grup B:** dimarts, de 12.00 a 13.30 h  
Preu: 79,86 € (10 sessions)

---

Amb la pràctica de *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 *mindfulness* i com integrar-lo a la vida quotidiana.

---

**MEDITACIÓ**

---

**Dimarts, de 17.30 a 18.30 h**  
**Preu: 58,56 € (11 sessions)**

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

Cal dur roba còmoda i mitjons.

---

**GESTIÓ EMOCIONAL**

---

**N**

**Dijous, de 19.30 a 21.00 h**  
**Del 26 de gener al 23 de març**  
**Preu: 71,87 € (9 sessions)**

Aquest taller t'ajudarà a identificar les teves emocions i a reconnectar-hi. Serà un espai on es treballaran, principalment, les quatre emocions bàsiques des de la part cognitiva i la corporal.

Obtindràs un autoconeixement millor i una regulació més bona de les teves emocions en les diferents circumstàncies que et pots trobar en el dia a dia.

---

**ACTIVITATS  
A L'AIRE LLIURE**

---

---

**MARXA NÒRDICA**

---

**N**

**Dimecres, d'11.30 a 13.00 h**  
**Preu: 79,86 € (10 sessions)**

Activitat apta per a tothom, que consisteix a 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.

---

**ENTRENAMENT FUNCIONAL**

---

**Dijous, de 19.00 a 20.00 h**  
**Preu: 58,56 € (11 sessions)**

És un tipus d'exercici físic que té 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**

---

---

**PILATES MIGDIA**

---

**Grup A: dilluns, de 14.15 a 15.15 h**  
**Grup B: dimecres, de 14.15 a 15.15 h** **N**  
**Preu: 58,56 € (11 sessions)**

Sistema d'entrenament físic i mental

que uneix el dinamisme i la força muscular, la ment i la respiració.

Cal dur roba còmoda i mitjons.

---

## BALLS I DANSES

---

---

### BALLA AMB RITME!

---

Dimecres, de 19.30 a 20.30 h

Preu: 58,56 € (11 sessions)

Diverteix-te ballant al ritme de la música.

Cal dur roba còmoda i mitjons o calçat net per a l'activitat.

---

### ZUMBADANCE

---

**N**

**Grup A:** dijous de 19.30 a 20.30 h

**Grup B:** divendres de 17.30 a 18.30 h

Preu: 58,56 € (11 sessions)

Ball fàcil i divertit que afavoreix la crema de calories. Ballarem diferents cançons de ritmes diversos.

Cal dur roba còmoda, ampolla d'aigua i mitjons o calçat net per a l'activitat.

---

### YOGA & DANCE

---

**N**

Dimecres, de 20.30 a 21.30 h

Preu: 58,56 € (11 sessions)

Fusió entre la dansa contemporània i ioga, connectant amb el flux de la respiració.

Cal dur roba còmoda i mitjons o calçat net per a l'activitat.

---

### RITMES LLATINS

---

Dijous, de 20.30 a 21.30 h

Preu: 58,56 € (11 sessions)

Aprèn els diferents estils llatins: merengue, salsa, batxata, cúmbia, txa-txa-txa, conga i mambo.

---

### AERÒBIC DANCE

---

**N**

Divendres, de 12.00 a 13.00 h

Preu: 58,56 € (11 sessions)

Activitat de dansa aeròbica que tonifica tot el cos. Ens mourem al ritme de cançons dels 70 fins al 90.

Cal dur roba còmoda, ampolla d'aigua i mitjons o calçat net per a l'activitat.

---

## ACTIVITATS INFANTILS

---

---

### COMMERCIAL DANCE (5 – 7 ANYS)

---

**N**

Dijous, de 17.30 a 18.30 h

Preu: 36,86 € (11 sessions)

Diverteix-te al ritme de la música. Ballarem estils musicals de tota mena: llatí, rock, disc, jazz, pop, reggaeton, retro etc.

Cal dur roba còmoda, ampolla d'aigua i mitjons o calçat net per a l'activitat.

## ARTS ESCÈNIQUES

---

### TALLER DE VEU, CANT I SONORITAT EN JOC

---

Divendres, de 18.30 a 20.00 h  
Preu: 87,85 € (11 sessions)

---

El taller de veu, cant i sonoritat en joc és un espai d'aprenentatge i creació en el qual indagarem en la nostra pròpia veu.

Alliberarem la nostra veu per crear i cantar la nostra pròpia història. No importa si creus que tens bona veu o no, perquè es donaran les eines necessàries per explorar i créixer en la cerca i el desenvolupament de les nostres veus. Cada veu és única i a través de la tècnica, del joc i la improvisació l'alliberarem. Crearem el nostre propi cor, un cor modern, compost de les veus vives d'avui dia.

### ESPAI FES TEATRE!

---

Dissabte, d'11.30 a 13.30 h  
Preu: 20 € per persona (10 sessions)

---

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 autodidacta, 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!

Aquest espai es d'inscripció trimestral però tindrà continuïtat fins al juny del 2023 amb la intencionalitat que el grup pugui assajar i representar una obra teatral.

Apunta't i fes 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, de 10.00 a 11.30 h  
**Grup B:** dilluns, d'11.30 a 13.00 h  
**Grup C:** dijous, de 10.00 a 11.30 h  
**Grup D:** dijous, d'11.30 a 13.00 h  
Preu: 87,85 € (11 sessions)

---

S'expliquen diverses tècniques del dibuix al carbonet i al color. Descobreix com fer composicions i dibuixos al natural i inicia't en els diferents estils pictòrics i tècniques.

Material necessari (adquirit per l'alumnat): carbonet, pintures acríliques, pinzells de pèl de porc, paletina, espàtules, suports (bastidor o fusta o cartó) i bata.

Recomanem adquirir aquest material quan se sàpiga que el taller té les inscripcions mínimes per poder fer-lo. És possible que durant el transcurs del taller requereixin altres materials no especificats a la llista.

---

**INICIACIÓ A L'AQUAREL·LA****N****Dimarts, de 19.00 a 20.30 h****Preu: 87,85 € (11 sessions)**

---

Taller essencial d'aquarel·la on coneixerem el més bàsic d'aquesta disciplina creativa. Està pensat pels principiants i descobrirem quins són els materials idonis per pintar la nostra primera composició i coneixerem la tècnica que ens ajudarà a seguir pel nostre compte.

Material necessari (adquirit per l'alumnat): paper per aquarel·les, pinzells i caixa d'aquarel·les.

Recomanem adquirir aquest material quan se sàpiga que el taller té les inscripcions mínimes per poder fer-lo. És possible que durant el transcurs del taller requereixin altres materials no especificats a la llista.

---

**LETTERING****N****Dimecres, de 17.00 a 18.30 h****Preu: 87,85 € (11 sessions)**

---

El lettering és l'art de dibuixar lletres i adornar-les per a crear composicions boniques i cridaneres.

En aquest taller aprendrem les bases del lettering seguint un estil cal·ligràfic utilitzant el brush-pen com a eina principal. Aprendrem a sentir-nos còmodes amb les eines, els traços bàsics de la cal·ligrafia, les lletres en les seves respectives famílies i possibles decoracions que li donaran més vida a cada composició. Com a projecte final buscarem crear una peça utilitzant

---

tot l'après en el taller. Material necessari (adquirit per l'alumnat): Bolígraf i quadern i fulles A4 color blanc.

Recomanem adquirir aquest material quan se sàpiga que el taller té les inscripcions mínimes per poder fer-lo. És possible que durant el transcurs del taller requereixin altres materials no especificats a la llista.

---

**MANUALITATS I EXPRESSIÓ ARTÍSTICA****N****Dimecres, de 19.00 a 20.30 h****Preu: 87,85 € (11 sessions)**

---

Barrejarem teoria i pràctica. Realitzarem diferents projectes i tècniques com: decoupage, decoració d'adhesius i transfer, pintura a mà i relleus, decoració de caixes i elements domèstics i pintura sobre tela i roba.

L'alumnat rebrà un llistat de materials que ha de portar previ a l'inici de la primera sessió.

---

**DIBUIX MANGA**

---

**Dijous, de 18.00 a 19.30 h****Preu: 79,86 € (10 sessions)**

---

El manga i l'anime són cada cop més presents a la societat occidental, fins a convertir-se en una cultura coneguda i apreciada mundialment. En aquest taller utilitzarem les tècniques necessàries perquè perfeccionis i es-tilitzis els teus dibuixos. Aprendràs les claus per crear personatges atractius, des de la seva anatomia fins a la seva expressivitat. També treballarem com

crear una pàgina manga des de zero i les bases perquè sigui dinàmica i interessant. Si vols aprendre a dibuixar a l'estil japonès, no dubtis a apuntar-te a aquest taller!

### SORTIDES FOTOGRÀFIQUES

N

Dilluns, de 10.30 a 12.00 h  
Preu: 79,86 € (10 sessions)

Descobrir la ciutat és molt més divertit si a més podem aprendre. Farem un grup de fotografia urbana però aprenent a fer fotografies més originals i creatives amb trucs bàsics per millorar les nostres fotografies.

Cal dur una càmera fotogràfica.

### FOTOGRAFIA INICIAL

Dimarts, de 9.30 a 11.00 h  
Preu: 87,85 € (11 sessions)

N

Taller essencial de fotografia per aprendre a utilitzar totes les funcions de la càmera. Ideal per a persones que no tenen coneixements tècnics de fotografia, però que volen aprendre els bàsics per després acomplir els seus propis projectes o carreres fotogràfiques.

Cal dur una càmera fotogràfica.



Fotografia: Pixabay

## MUSICALS

### GUITARRA DES DE ZERO

Dilluns, de 17.30 a 19.00 h  
Preu: 87,85 € (11 sessions)

Aprendràs a tocar la guitarra des de zero d'una manera fàcil i divertida. Descobreix la sonoritat d'aquest instrument i treu el músic que portes dins! Cal dur guitarra.

### GUITARRA (MITJÀ)

Dilluns, de 19.00 a 20.30 h  
Preu: 87,85 € (11 sessions)

Coneix els acords, llegeix notes, fes punteig i toca cançons. Cal dur guitarra.

### UKELELE

N

Grup A: dilluns, de 20.30 a 21.30 h  
Grup B: dimarts, de 17.30 a 18.30 h  
Preu: 58,56 € (11 sessions)

Nivell molt bàsic. Descobreix la sonoritat d'aquest instrument i treu el músic que portes dins!

Cal dur l'ukelele.

## HUMANITATS

### HISTÒRIA DE L'ART

G

Dimarts, de 10.00 a 11.30 h

Gaudeix aprenent sobre l'evolució de l'art a través del temps.

### COM MIRAR UNA OBRA D'ART

N

Dimecres, de 17.30 a 19.00 h  
De l'1 de febrer al 15 de març  
Preu: 55,90 € (7 sessions)

Hi ha diverses maneres de veure una pintura. Sense necessitat de tenir grans coneixements podrem, després de la primera classe, interpretar d'una forma diferent l'obra d'art que tenim davant. Observant un quadre, podrem descobrir un món de significats que l'artista ens vol revelar, mitjançant el tema que ha triat, l'ús del color, i la disposició dels elements i personatges que habiten el quadre.

Plantejarem fer una visita a un museu per a recórrer, i localitzar algunes obres de les quals parlarem i compartirem les nostres impressions en acabar el nostre recorregut.

L'entrada al museu no està inclosa en el preu del taller.

### ART CONTEMPORANI

N

Dimecres, de 19.00 a 20.30 h  
De l'1 de febrer al 15 de març  
Preu: 55,90 € (7 sessions)

L'art contemporani és un tema apassionant i extens, la història del qual comença en el segle XX.

Des de llavors s'han anat desenvolupant diferents corrents artístics que en aquest taller intentarem analitzar. Abordarem els temes de manera orgànica, és a dir, relacionant l'art del nostre temps amb les seves arrels i influències al llarg de la història.

Els moviments artístics que sorgeixen a partir de mitjans del segle passat seran el nostre punt de partida per parlar sobre com és l'art del segle XXI en la societat occidental moderna i globalitzada.

Eventualment programarem una visita al Museu d'Art Contemporani de Barcelona.

L'entrada al museu no està inclosa en el preu del taller.



Fotografia: Pixabay

### PASSEJADES PER LA HISTÒRIA DE BARCELONA

N

Dijous, de 16.00 a 18.30 h  
Dijous 2 i 16 de febrer i 2 i 16 de març  
Preu: 53,24 € (4 sessions)  
A càrrec de Mireia Pons, guia oficial de Passejant per Barcelona.

La ciutat de Barcelona té 2000 anys d'història, la seva part més antiga amaga entre els seus carrers restes del pas dels romans, de l'esplendor medieval i de l'època de l'eixample, protagonitzat per l'arquitectura modernista. En aquest cicle pretenem descobrir la Barcelona més coneguda, però alhora volem descobrir moltes històries desconegudes per nosaltres mateixos, els barcelonins i les barcelonines. Acompanyeu-nos a descobrir els 2000 anys d'història de Barcelona.

---

## LLENGÜES

---

**Important: de tots els tallers ja se n'ha fet un trimestre, excepte d'aquells on figuri una **N****

---

### ANGLÈS DES DE ZERO

---

**Grup A (continuació):** dilluns, de 9.30 a 11.00 h

**Grup B:** dimarts, de 17.00 a 18.30 h **N**  
Preu: 87,85 € (11 sessions)

A través d'activitats orals i escrites i amb un punt lúdic, ens iniciarem en la llengua anglesa per tal de poder començar a comprendre-la i fer-la servir.

---

### FUN WITH ENGLISH

---

**Grup A:** dilluns, de 17.30 a 19.00 h

**Grup B:** dijous, d'11.30 a 13.00 h  
Preu: 87,85 € (11 sessions)

Taller dirigit a persones que ja tinguin un nivell bàsic d'anglès i vulguin

aprendre nou vocabulari i practicar el llenguatge quotidià. Fem servir cançons, jocs de rol i vídeos, per gaudir d'un aprenentatge dinàmic.

---

### ANGLÈS (CONVERSA)

---

**Bàsic:** dilluns, de 19.00 a 20.30 h

Preu: 87,85 € (11 sessions)

Taller de conversa dirigit a persones que vulguin practicar la llengua i aprendre nou vocabulari. Curs dirigit a persones amb coneixements bàsics de l'idioma.

**Avançat:** dijous, de 10.00 a 11.30 h

Preu: 87,85 € (11 sessions)

Taller de conversa dirigit a persones que vulguin practicar la llengua i aprendre nou vocabulari. Xerrarem en anglès des del primer dia. Cal tenir un nivell suficient de la llengua per mantenir una conversa en anglès.

---

### FRANCÈS (CONVERSA)

---

**Dimarts, de 18.30 a 20.00 h**

Preu: 87,85 € (11 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.

## ITALIÀ (CONVERSA)

N

Dimarts, de 20.00 a 21.30 h  
Preu: 87,85 € (11 sessions)

Taller de conversa dirigit a persones que vulguin practicar la llengua i aprendre nou vocabulari. Curs dirigit a persones amb coneixements de l'idioma.

## ESPAI D'INFORMÀTICA

### TELÈFONS INTEL·LIGENTS I TAULETES

Dimecres, de 9.30 a 11.00 h  
Preu: 87,85 € (11 sessions)

Dirigit a persones que tinguin un telèfon intel·ligent o una tauleta i que tenen algun dubte o volen treure-li més profit amb aplicacions interessants.

Cal portar el telèfon o la tauleta amb sistema Android.

### INFORMÀTICA A LA CARTA

Dimecres, d'11.00 a 12.30 h  
Preu: 87,85 € (11 sessions)

Planteja tots els dubtes que tens i que ningú et respon sobre el món de la informàtica.

Cal dur l'ordinador portàtil.

### PERD LA POR AL MÓN DIGITAL

Dijous, de 9.30 a 11.00 h  
Preu: 87,85 € (11 sessions)

En aquest taller et facilitarem eines per perdre la por a tot allò que està relacionat amb el "món digital" i que cada vegada necessitem més per a tasques tan simples com demanar una visita mèdica, comprar per internet, saber com funcionen els núvols o consultar informació veraç, etc.

Cal dur l'ordinador portàtil.

### MULTIMÈDIA. ÀUDIO FOTOGRAFIA I VÍDEO

Dijous, d'11.00 a 12.30 h  
Preu: 87,85 € (11 sessions)

Curs bàsic per aprendre a editar de manera senzilla fotografies i vídeos.

Cal dur l'ordinador portàtil.



Fotografia: Pixabay

## RECURSOS

### APRENENTATGE DE LA LECTOESCRITURA

G

**Grup A:** dimarts, de 10.00 a 11.00 h  
**Grup B:** dimarts, d'11.00 a 12.00 h

Aprenentatge de la lectura i l'escriptura.

Idioma: castellà.



# LUĐOTECA LA TARDOR

**Inici del trimestre:** dilluns, 9 de gener

**Final del trimestre:** divendres, 31 de març

**La ludoteca, així com tots els infants i famílies, seguiran en tot moment la normativa vigent de seguretat i higiene. Per tant, en funció dels canvis que hi pugui haver la ludoteca actualitzarà les mesures que cal implementar.**



## NENS I NENES DE 0 A 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:** 18 infants més una persona adulta acompanyant

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 perdran la plaça en cas d'un mes d'absència sense justificació o comunicació. La seva plaça passarà 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 A 5 ANYS I LES SEVES FAMÍLIES

### Dimecres

**Horari:** de 16.30 a 19.30 h

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

**Descomptes:**

2n germà o germana: 13,36 €

3r germà o germana: 6,63 €

**Places:** 18 infants més una persona adulta acompanyant

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.

**Normativa:** les famílies han de complir una assistència i participació mínima i continuada al servei. Les famílies perdran la plaça en cas d'un mes d'absència sense justificació o comunicació. La seva plaça passarà automàticament al primer de la llista d'espera i així successivament.

## NENS I NENES DE 4 A 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 A 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.

## DISSABTES EN FAMÍLIA

G

### ANIMACIÓ – TALLER DE PERCUSSIÓ EN FAMÍLIA

#### DISSABTE, 21 DE GENER

**Horari:** a les 11.00 h

**Lloc:** Sala d'actes

**Professional:** Oriol Ortiz

**Organitza:** Ludoteca La Tardor

**Preu:** Gratuït

Animació- taller de percussió per a nens i nenes entre 4 i 12 anys i les seves famílies.

Una activitat on els infants i les seves famílies aprendran a fer ritmes bàsics amb el seu propi cos amb l'objectiu de crear una petita peça de percussió final. A través de jocs de moviment, jocs musicals i una petita introducció sobre els instruments de percussió, la seva funció, tipus, ritmes, etc. Aforament limitat, cal reservar plaça prèvia a través del web del centre.



## PORTES OBERTES



### ELS DISSABTES 4 I 25 DE MARÇ

**Horari:** de 10.00 a 13.00 h

**Edat:** 0-12 anys

**Places:** 18 infants, més una persona adulta acompanyant. És obligatori reservar plaça a través del web del centre.

**Preu:** Gratuït

S'ofereix un espai de joc lliure entre infants i les seves famílies per fomentar el temps de lleure compartit. També obrim el servei de ludoteca a totes les famílies que durant la setmana no en poden fer ús

## ACTIVITATS DESTACADES

### GRAN RUA DE CARNESTOLTES DEL DISTRICTE DE LES CORTS

#### DISSABTE, 18 DE FEBRER

**Horari:** a determinar

**Lloc:** a determinar

Vine a gaudir en família de la rua de Carnestoltes del barri de les Corts, mostrant les disfresses fetes per nosaltres mateixos. I a més, després de la desfilada pels carrers del barri lluint les fantàstiques disfresses, podreu gaudir de la gran festa final del Carnestoltes.

Per a més informació: 934 480 499 o [ludotecalatardor@bcn.cat](mailto:ludotecalatardor@bcn.cat)

## PROGRAMACIÓ PER AL GRUP 0 A 3 ANYS I FAMÍLIES

### GENER "QUIN FRED"

#### COLLAGE D'HIVERN

##### DIVENDRES, 13

**Lloc:** ludoteca

**Horari:** a partir de les 10.00 h

#### PINTEM ESTRELLES DE GEL

##### DIVENDRES, 20

**Lloc:** ludoteca

**Horari:** a partir de les 10.00 h

#### QUI VIU AQUÍ?

##### DIVENDRES, 27

**Lloc:** ludoteca

**Horari:** a partir de les 10.00 h

### FEBRER: "QUAN ARRIBA CARNESTOLTES...!"

#### FEM DISFRESES PER LA RUA DE CARNESTOLTES

##### DIVENDRES, 3, 10 I 17

**Lloc:** ludoteca

**Horari:** a partir de les 10.00 h

#### PINTEM SARDINES DE CENDRA

##### DIVENDRES, 24

**Lloc:** ludoteca

**Horari:** a partir de les 10.00 h

---

## MARÇ “ENS AGRADA JUGAR I CREAM”

---

---

### JUGUEM AMB PAPERS DE COLORS

---

**DIVENDRES, 3**

**Lloc:** ludoteca

**Horari:** a partir de les 10.00 h

---

### JUGUEM AMB SORRA MÀGICA

---

**DIVENDRES, 10**

**Lloc:** ludoteca

**Horari:** a partir de les 10.00 h

---

### SOM CONSTRUCTORS

---

**DIVENDRES, 17**

**Lloc:** ludoteca

**Horari:** a partir de les 10.00 h

---

### PINTEM UNA FLOR

---

**DIVENDRES, 24**

**Lloc:** ludoteca

**Horari:** a partir de les 10.00 h

---

### FEM ANIMALS DE CARTRÓ

---

**DIVENDRES, 31**

**Lloc:** ludoteca

**Horari:** a partir de les 10.00 h



---

## VISITES ESCOLARS

---

Les visites escolars són activitats semi dirigides, adaptades a cada nivell educatiu i acompanyades per educadors i educadores de la ludoteca, que pretenen contribuir a l'educació infantil mitjançant el joc com a principal eina pedagògica.

---

## FINALITAT I OBJECTIUS

---

Les visites escolars tenen com a finalitat oferir activitats per al desenvolupament dels infants mitjançant el joc, de manera lliure i espontània, i contribuir al desenvolupament dels aspectes cognitius i afectius de la personalitat dels individus des de la infància per facilitar-ne la inserció al medi sociocultural on han de viure, i afavorir-ne la complementaritat educativa (educació formal - educació no formal).

---

## FUNCIONAMENT GENERAL

---

Consisteixen en sessions d'una hora que s'ofereixen els dimarts i els dijous, de 10.00 a 11.00 h o d'11.00 a 12.00 h. El tema de les sortides l'escull el professorat o els responsables del grup en la reserva. A més, s'ofereix la possibilitat de combinar-les amb activitats de la Biblioteca Les Corts - Miquel Llongueras, situada al mateix edifici (més informació: 934 493 107 i [www.bcn.cat/bibllongueras](http://www.bcn.cat/bibllongueras)).

---

## ACTIVITATS PROPOSADES

---

### LLARS D'INFANTS

1. Activitat d'estimulació sensorial
2. Joc simbòlic
3. Psicomotricitat

### EDUCACIÓ INFANTIL

1. Joc simbòlic
2. Psicomotricitat

### EDUCACIÓ PRIMÀRIA

1. Coneguem els jocs d'arreu del món
2. Jocs d'avui, jocs d'ahir
3. Elabora el teu joc
4. Activitat d'educació en valors

---

## COST I CONDICIONS PER A LA RESERVA

---

El cost de la sessió és de 16,67 € per grup. El pagament s'ha de fer mitjançant imposició o transferència bancària. **Cal reservar la plaça amb un mínim de 15 dies d'antelació.**

Telèfon: 934 480 499

A/e: [ludotecalatardor@bcn.cat](mailto:ludotecalatardor@bcn.cat)

# 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.
- 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

## L'ALTRA CIUTAT

Del 3 al 30 de gener

Tècnica: fotografia

Professional: Dani Ruiz

Explico el dia a dia d'allò que ens envolta: persones i personatges que habiten escenaris quotidians i gairebé mai no parem l'orella.

La Barcelona menys fotografiada és la que trobem aquí: retrats dels barris amb unes desigualtats més marcadament, les zones populars, la perifèria, els marges... La Barcelona que jo habito i que acostuma a ser l'altra ciutat. Aquesta exposició va vinculada a la

conferència del dia 17 de gener a les 18.00 h (pàg. 25)



Fotografia: Dani Ruiz

---

**MUJERES Y ARTE DIGITAL**

---

Del 3 al 30 de març

Tècnica: 4 llenços de gran format doble cara - Tècnica mixta sobre llenç amb aplicació de realitat augmentada sobre cada llenç. I cartell principal de gran format amb RA descriptiva  
Professional: Houda Bakkali

---

Un homenatge a la força, la bellesa i el poder femení, a través del color, de les flors, de les mirades i de les formes que rendeixen tribut a una visió optimista i esperançadora de la vida. Tot això, a través d'eines digitals en combinació amb tècnica mixta i realitat augmentada.

La figura de la dona s'inspira en la mare de l'artista, dona àrab i musulmana que, durant tota la seva vida i des de l'anonimat, va reivindicar la llibertat i l'apoderament de la dona des d'un discurs carregat d'optimisme i normalització.

Els llenços estàtics elaborats a partir d'il·lustració i collage digital en combinació amb acrílic, passen a ser dinàmics a través de la realitat augmentada. A través d'aquesta, el públic pot entrar i formar part de l'escena i això és màgic, divertit, permet que l'obra tingui tants escenaris i personatges com la imaginació dicti. Passem de l'obra estàtica i decorativa a un llenç dinàmic en continu creixement i transformació.

Aquesta exposició es complementarà amb la xerrada d'introducció a la realitat augmentada aplicada a l'art, del dia 3 de març a les 19.00 h (pàg. 26)



Fotografia: Houda Bakkali

---

**SORTIDES CULTURALS**

---

---

**LES MURALLES DE BARCELONA**

---

**DIJOUS, 9 DE FEBRER, A LES 10.30 h**

Punt de trobada: Hotel Colón, Avinguda de la Catedral, 7

Guia: Xavier Claria

Durada: 2 hores aprox.

Preu: 10,65 € per persona

---

Sobre el terreny seguirem els perímetres de les diferents restes arqueològiques de les muralles que han envoltat la ciutat en els darrers dos mil anys, i les històries que s'amagaven darrere els murs de la capital catalana.



Fotografia: Wikicommons



## SARRIÀ, VILA I BARRI

**DIMECRES, 15 DE MARÇ,  
A LES 10.30 h**

Punt de trobada: Plaça de Sarrià, davant de l'església de Sant Vicenç de Sarrià.

Guia: Alba Casaramona

Durada: 2 hores aprox.

Preu: 10,65 € per persona

El barri de Sarrià d'avui encara conserva racons plens de bellesa on es pot recordar amb facilitat l'antic poble que va ser, sobretot pels voltants del carrer Major de Sarrià. La pintoresca plaça de Sant Gaietà, el passatge Mallofré o el carrer de Canet, entre molts d'altres, ens permetran fer un viatge en el temps a través de les històries que hi van trobar escenari.



Fotografia: Wikicommons

## CONFERÈNCIES

G

**WELCOME TO L'ALTRA CIUTAT:  
LA BARCELONA MENYS  
FOTOGRAFIADA**

**DIMARTS, 17 DE GENER,  
A LES 18.00 h**

Professional: Dani Ruiz i Helena López Vallejo

La periodista Helena López Vallejo té una llarga trajectòria explicant els moviments veïnals dels barris de la ciutat de Barcelona. Parlarem amb ella i amb l'artista Dani Ruiz, amb motiu de l'estrena de l'exposició l'Altra Ciutat.



Fotografia: Dani Ruiz

## MASTERCLASS SOBRE CRÍTICA CINEMATogrÀFICA

**DIJOUS, 26 DE GENER,  
A LES 18.30 h**

Professional: Núria Vidal

El cinema és espectacle, però també pensament, creació i mirall de la realitat. Amb aquest taller de crítica volem oferir als espectadors alguns instruments per aprendre a entendre'l en tota la seva complexitat. Asseure's a veure una pel·lícula és un plaer, però si a més sabem "mirar-la" d'altres maneres, podem gaudir-ne molt més. Aquest taller intentarà ensenyar algunes maneres d'acostar-se al cinema.

Es recomana previament haver assistit a la pel·lícula "Leyes de la frontera" del dia 19 de gener (pàg. 27).



Fotografia: Núria Vidal

---

**BARCELONA FORTIFICADA**

---

**DIMARTS, 31 DE GENER,  
A LES 18.00 h**

Professional: **Xavier Claria**

---

Aquesta conferència explica com Barcelona s'ha desenvolupat seguint els seus recintes emmurallats, des de la primera muralla romana fins a l'enderrocament de les muralles medievals. Aquesta conferència es complementaria a la sortida cultural que es farà el dia 9 de febrer (pàg. 24)



Fotografia: Wikicommons

---

**DONES EN LA CIÈNCIA,  
MÉS ENLLÀ DE MARIE CURIE**

---

**DIMARTS, 21 DE FEBRER,  
A LES 18.00 h**

Professional: **Francisco García**

---

No abunden les figures femenines que hagin destacat la ciència. Per uns lamentables motius que tots sabem i que afortunadament actualment estan canviant. Però a totes les èpoques van existir dones que van aportar notables descobriments científics.

En aquesta conferència d'algunes dones que -més enllà de Marie Curie que és qui sempre se cita a l'hora de nomenar una dona científica- amb la

seva feina i malgrat tot van contribuir que la ciència avancés.



Fotografia: Wikicommons

---

**INTRODUCCIÓ A LA REALTAT  
AUGMENTADA APLICADA A  
L'ART**

---

**DIVENDRES, 3 DE MARÇ,  
A LES 19.00 h**

Professional: **Houda Bakkali**

---

Presentació sobre la tecnologia de la realitat augmentada i quins usos se li pot donar. El públic in situ veurà la seva aplicació pràctica sobre l'obra exposada al hall del centre cívic. Taller dinàmic i pràctic. Després d'una introducció teòrica, el públic que es vulgui descarregar una app gratuïta veurà en què consisteix la realitat augmentada a través de les obres exposades.

Conferència complementària a l'exposició *Mujeres y arte digital* (pàg. 24)



Fotografia: Houda Bakkali

## CINEMA

G

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



### LEYES DE LA FRONTERA

**DIJOUS, 19 DE GENER,  
A LES 18.30 h**

Estiu de 1978. Ignacio Cañas és un estudiant de 17 anys introvertit i una mica inadaptat que viu a Girona. Al conèixer al Zarco i la Tere, dos joves delinqüents de barri xinès de la ciutat, es veu immers en una cursa imparabile de furts, robatoris i atracaments. És la història en la qual Nacho es fa gran, creuant la línia que hi ha entre el bé i el mal, entre la justícia i la injustícia ... Adaptació de la novel·la homònima de Javier Cercas.

Aquesta pel·lícula anirà vinculada al taller de crítica cinematogràfica portat a terme per Núria Vidal, el dia 26 de gener a les 18.30 h (pàg. 25)



Fotografia: Warner Bros

## EMA

**DIJOUS, 16 DE FEBRER,  
A LES 18.30 h**

Ema, una jove ballarina, decideix separar-se de Gastón després d'entregar Polo en adopció, el fill que ambdós havien adoptat i que van ser incapaços de criar. Desesperada pels carrers del port de Valparaíso, Ema busca nous amors per apaivagar la culpa. Tanmateix, aquest no és el seu únic objectiu, també té un pla secret per recuperar-ho tot.

Al final de la projecció es farà un diàleg sobre dansa, cinema i perspectiva interseccional.

Un diàleg entre Loránd János i Carol Astudillo, provocarà una reflexió amb el públic, sobre el feminisme, la identitat de gènere i la classe social, a partir d'una pel·lícula que es narra amb la música, la dansa i la ciutat com a teló de fons.

Loránd János és director i programador de Choreoscope Barcelona Dance Film Festival des de 2013. Carol Astudillo és psicòloga social amb postgrau en mediació familiar i comunitària, és directora de l'àmbit de Diversitats de QSL Serveis Culturals.



Fotografia: Pablo Larrain

## FREDERICA MONTSENY, LA DONA QUE PARLA

**DIJOUS, 9 DE MARÇ,  
A LES 18.30 h**

Fins a quin punt val la pena traïr els propis ideals pel que sembla un bé major? Frederica Montseny, líder anarquista i paradoxalment ministra de la Segona República, es fa aquesta pregunta durant el seu judici d'extradició a França. Si perd, retornarà a l'Espanya franquista on serà executada. Frederica ha de decidir entre anar en contra de les seves conviccions o conservar la vida.



Fotografia: Distinto Films, Voramar Films, CCMA

(Cuba, l'Argentina, Mèxic...). També introdueix poesia i rap.

Amb aquest projecte, anomenat VIDA, cerca transmetre missatges de conscienciació social amb temes com a feminisme, diversitat, desigualtat social, relacions saludables i altres qüestions filosòfiques com l'amistat o reflexions sobre la vida i la mort.



Fotografia: @canelaycacao

## CONCERTS

G

### VIDA

**DISSABTE, 11 DE MARÇ,  
A LES 18.30 h**

Professional: Irene Zugaza (veu i viola) i Tom Amat (piano)

Irene Zugaza és cantant, violista i compositora. Fusiona diversos estils en les seves cançons, sent les bases principals el flamenc i el folklore de diferents llocs de Llatinoamèrica

## MUSICAZ

G

MúsicaZ és el circuit musical de la Xarxa de Centres Cívics de Barcelona que apropa el talent de l'alumnat de les escoles superiors de música de Barcelona a tota la ciutat, en una experiència propera i compartida. És un programa fet en col·laboració amb l'Escola JAM, el Taller de músics i la Fundació Conservatori Liceu i que en aquesta segona edició arriba ja a nou equipaments.



---

## RECITAL LÍRIC: YELEN MONTERO

---

**DIVENDRES, 27 DE GENER,  
A LES 18.30 h**

Col·laboració: Fundació Conservatori Liceu

La soprano Yelen Montero i la pianista Oriana Kemelmajer Alías formen aquest duo ple de talent. Ambdues han estat premiades en concursos nacionals i internacionals: en el cas de Yelen en el X Certamen Internacional de Zarzuela de Valledesco, el “Medici International Musical Competition” o el Concurso Internacional de Canto de Trujillo (Perú), i en el d’ Oriana al Festival – Concurso Internacional de Piano “Villahermosa” 2020 de México i al Concurs Nacional de Piano Siete Lagos/Kaio Schommer d’Argentina.



Fotografia: Yelen Montero

---

## MERCURII QUARTET

---

**DIVENDRES, 10 DE FEBRER,  
A LES 18.30 h**

Col·laboració: Fundació Conservatori Liceu

Mercurii Quartet és un conjunt de cordes format l’any 2021 per alumnes del Centre Superior de Música Liceu sota la tutela del professor Dani Cubero. La seva breu trajectòria els ha dut ja a actuar en diverses programacions i el seu repertori es basa en algunes de les millors obres per a quartet de corda de compositors com Turina, Xostakóvitx i Mozart.



Fotografia: Mercurii Quartet

---

**FLAMENCO (SÒNIA MOLINA,  
DAVID SALGADO & ÁLVARO  
LÓPEZ)**

---

**DIVENDRES, 17 DE FEBRER,  
A LES 18.30 h**

Col·laboració: Taller de músics

Dins de la història del flamenc hi ha un gran llegat musical. Amb una

formació tradicional de *cante*, guitarra i percussió, aquesta proposta de concert pedagògic, pretén apropar el flamenc al públic, mostrant les diferents rítmiques, melodies del *cante* i l'acompanyament de la guitarra, fent un recorregut a través dels palos més característics d'aquest gènere musical.



Fotografia: Sonia Molina

---

## TRIO KÓRENA

---

**DIVENDRES, 10 DE MARÇ,  
A LES 18.30 h**

Col·laboració: Fundació Conservatori Liceu

El **Trio Korena** es forma l'any 2020 al Centre Superior de la Fundació Conservatori Liceu sota la tutela de la pianista Catherine Ordroneau. Tot i la seva recent creació, ja han estat convidats a participar en diversos cicles com, entre d'altres, el Cicle Clàssica a Horta-Guinardó, al Cicle Divendres Jove a l'Auditori Eduard Toldrà del Conservatori Municipal de Música de Barcelona o al Cicle Aprenents de Joventuts Musicals de Sant Cugat.



Fotografia: Trio Kórena

---

## SUPERSAX

---

**DIVENDRES, 24 DE MARÇ,  
A LES 18.30 h**

Col·laboració: Taller de músics

El combo **Supersax** del Taller de Músics-ESEM, sota la direcció del reconegut saxofonista Víctor de Diego, pretén aprofundir en el treball d'una secció de saxos, amb arranjaments de la mateixa Big Band de l'ESEM i d'altres, donant especial èmfasi a la part dels solos de saxos. Es treballen els fonaments musicals i tècnics de com tocar en secció de vents.



Fotografia: Supersax

## CICLE: AUTOCONÈXEMENT I MEDITACIÓ

G

### MEDITACIÓ (EN LÍNIA)

**DIMECRES, 25 DE GENER I  
22 DE FEBRER  
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.



Fotografia: CC Josep M. Trias i Peitx

### MEDITACIÓ A L'AIRE LLIURE

**DIMECRES, 22 DE MARÇ,  
A LES 11.00 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: CC Josep M. Trias i Peitx

### PIANO OBERT

Hores per 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 [ccjosepmtriaspeitx@lleuresport.cat](mailto:ccjosepmtriaspeitx@lleuresport.cat).

## CICLE DE CLÀSSICA A LES CORTS

### DONA-LI COLOR A L'HIVERN AMB LA MÚSICA CLÀSSICA!

Aquest hivern farem un recorregut començat pel barroc. Ho farem de la mà de grans artistes com Vivaldi i Beethoven, entre d'altres. Ho vols descobrir? Gaudir? Viure-ho? Tardes màgiques on gaudirem de la bellesa de la música clàssica.

Comença l'espectacle!

### MUSICAZ: RECITAL LÍRIC

#### DIVENDRES, 27 DE GENER, A LES 18.30 h

Col·laboració: Fundació Conservatori Liceu

Aquest concert pertany al circuit musical de MusicaZ (més informació pàg. 29).



Fotografia: Yelen Montero

## VIVALDI, BEETHOVEN, CHOPIN I JONES

### DISSABTE, 4 DE FEBRER, A LES 18.30 h

Preu: entrada general, 4,64 €

Infants de menys de 12 anys: gratuït

En aquest concert farem un passeig al llarg de la història de la música, amb obres centrals dedicades a la primavera, començant per una peça composta recentment per Berna Jones dedicada a l'aigua, després, la Primavera de Vivaldi, un dels primers exemples de música programàtica, escrita pel mateix compositor, repartida entre els seus tres moviments. Beethoven va compondre la seva 5a sonata per a violí i piano entre 1800 i 1801, i pel seu esperit optimista i el seu caràcter, sempre va portar el nom de "Sonata Primavera", possiblement per a continuar amb la idea del seu predecessor.

Berna Jones, violí i Leandro Avalué, piano



Fotografia: Adriana Croce

### MUSICAZ: MERCURII QUARTET

#### DIVENDRES, 10 DE FEBRER, A LES 18.30 h

Col·laboració: Fundació Conservatori Liceu



Aquest concert pertany al circuit musical de MusicaZ (més informació pàg. 29).



Fotografia: Mercurii Quartet

## MUSICAZ: TRIO KÓRENA

G

**DIVENDRES, 10 DE MARÇ,  
A LES 18.30 h**

Col·laboració: Fundació Conservatori Liceu

Aquest concert pertany al circuit musical de MusicaZ (més informació pàg. 30).



Fotografia: Trio Kórena

## QUINTET SENARTS

G

**DISSABTE, 18 DE MARÇ,  
A LES 12.00 h**

Projecte de suport a la creació del centre cívic Josep M. Trias i Peitx.

En aquest concert gaudirem de compositors com Franz Danzi (classicisme) i Carl Nielsen (modernisme) entre d'altres El quintet SenArts s'inicia el 2020 a Barcelona. Els seus membres han col·laborat amb orquestres com Orquesta i *Coro de la Comunidad de Madrid* (ORCAM), Orquestra Simfònica de Catalunya i Barcelona (OBC), entre d'altres. Actualment dos dels seus membres formen part de l'Orquestra Simfònica del Gran Teatre del Liceu i la resta són membres de la Franz Schubert Filharmonia.

Nieves Aliaño flauta, Pau Roca oboè, Lluís Casanova clarinet, Clara Canimás fagot i Carles Chordà, trompa.



Fotografia: Irene Monteagudo

## CONCURS INTERNACIONAL DE MÚSICA CLÀSSICA DE LES CORTS

G

**DIMARTS, 21 DE MARÇ,**  
**Horari a determinar**

Com cada any, el centre cívic acollirà el dia 21 de març la fase de selecció del Concurs Internacional de Música de les Corts, especialitat de cant. Per reservar entrades consulteu el web del centre cívic.

## ACTIVITATS COMPLEMENTÀRIES

G

### VIATGE PEL S.XX I XXI AMB TRIO KÓRENA

**DIMARTS, 28 DE FEBRER**  
**A LES 18.30 h**

Professional: Trio Kórena

Descobrirem una formació de música de cambra poc comú, Trio Kórena que faran un concert el dia 10 de març, trio de violí, clarinet i piano. Aprendre les característiques d'aquests instruments i ens endinsarem en alguns dels compositors i repertori originals.

### APROPA'T ALS INSTRUMENTS DE VENT!

**DIMARTS, 14 DE MARÇ**  
**A LES 18.30 h**

Professional: Lluís Casanova

Tindrem una classe magistral sobre els 5 instruments de vent del concert del dia 18 de març del grup SenArts Quintet. Vols conèixer aquests instruments? Les obres que tocaran?

## ENTITATS

### Aula d'Extensió Universitària Les Corts Oest

Horari: dimecres, de 17.30 a 19.30 h  
Més informació:  
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 i  
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'ESP AIS

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.

---

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

---

---

**GENER**

Del 3 al 30	De 9.00 a 21.00 h	L'altra ciutat	Exposició	pàg. 23
Dimarts, 17	A les 18.00 h	Welcome to L'altra ciutat, la Barcelona menys fotografiada	Conferència	pàg. 25
Dijous, 19	A les 18.30 h	<i>Leyes de la frontera</i>	Cinema	pàg. 27
Dissabte, 21	A les 11.00 h	Animació-taller de percussió en família	Activitat infantil	pàg. 19
Dimecres, 25	A les 19.30 h	Despertem la nostra consciència: meditació	Conferència	pàg. 31
Dijous, 26	A les 18.30 h	Masterclass sobre crítica cinematogràfica	Conferència-taller	pàg. 25
Divendres 27	A les 18.30 h	MúsicaZ: Recital líric de Yelen Montero	Clàssica a les Corts	pàg. 29
Dimarts, 31	A les 18.00 h	Barcelona fortificada	Conferència	pàg. 26

---

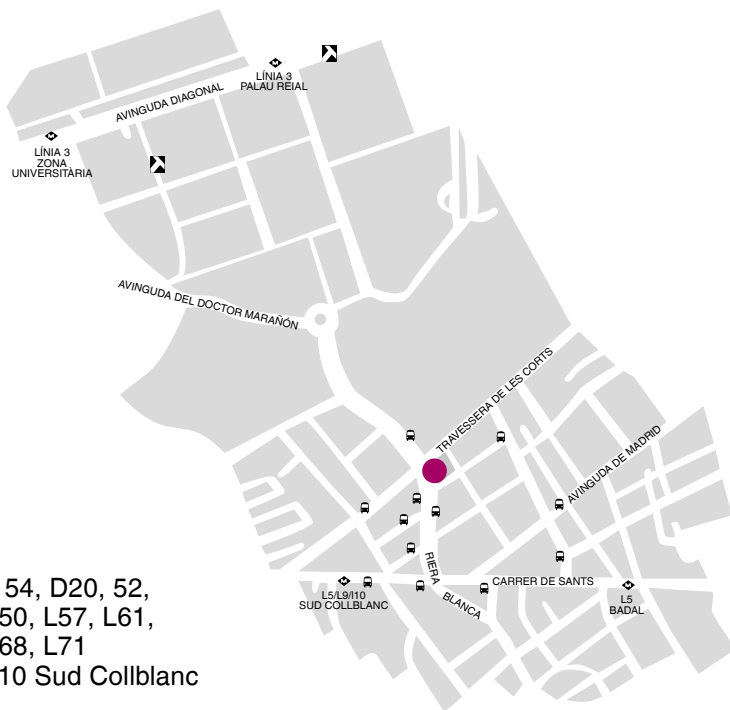
**FEBRER**

Dissabte, 4	A les 18.30 h	Vivaldi, Beethoven, Chopin i Jones	Clàssica a les Corts	pàg. 32
Dijous, 9	A les 10.30 h	Les muralles de Barcelona	Sortida	pàg. 24
Divendres, 10	A les 18.30 h	MúsicaZ: Mercurii Quartet	Clàssica a les Corts	pàg. 29
Dijous, 16	A les 18.30 h	Ema	Cinema	pàg. 27
Divendres, 17	A les 18.30 h	MúsicaZ: <i>Flamenco</i>	Concert	pàg. 29
Dimarts, 21	A les 18.00 h	Dones en la Ciència, més enllà de Marie Curie	Conferència	pàg. 26
Dimecres, 22	A les 19.30 h	Despertem la nostra consciència: meditació	Conferència	pàg. 31
Dimarts, 28	A les 18.30 h	Viatge pel s.XX i sXXI amb Trio Kórena	Conferència sobre música clàssica	pàg. 34

---

**MARÇ**

Del 3 al 30	De 9.00 a 21.00 h	Mujeres y arte digital	Exposició	pàg. 24
Divendres, 3	A les 19.00 h	Introducció a la realitat augmentada aplicada a l'art	Conferència-inauguració	pàg. 26
Dijous, 9	A les 18.30 h	Federica Montseny, la dona que parla	Cinema	pàg. 28
Divendres, 10	A les 18.30 h	MúsicaZ: Trio Kórena	Clàssica a les Corts	pàg. 30
Dissabte, 11	A les 18.30 h	Vida	Concert	pàg. 28
Dimarts, 14	A les 18.30 h	Apropa't als instruments de vent	Conferència sobre música clàssica	pàg. 34
Dimecres, 15	A les 10.30 h	Sarrià, vila i barri	Sortida	pàg. 25
Dissabte, 18	A les 12.00 h	Quintet SenArts	Clàssica a les Corts	pàg. 33
Dimecres, 22	A les 11.00 h	Meditació a l'aire lliure	Conferència-sortida	pàg. 31
Divendres, 24	A les 18.00 h	MúsicaZ: Supersax	Concert	pàg. 30



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

**Districte de  
les Corts**

@BCN\_LesCorts