

Centre Cívic Matas i Ramis

PROGRAMACIÓ CULTURAL

Primavera 2023

Matas i Ramis

Ajuntament de
Barcelona



ÍNDEX

AGENDA	3
ACTIVITATS CULTURALS	4
MÚSICA	4
BARCELONA DISTRICTE CULTURAL	4
CANÇÓ D'AUTOR	4
IN-EDIT ON TOUR	5
MÚSICA CLÀSSICA	6
TEXTOGRAFIA	7
EXPOSICIONS	7
ESPAI RAW	8
ESPAI CAFÈ	8
TALLERS CULTURALS	9
SORTIDES, RUTES I VISITES GUIADES	10
HUMANITATS	10
MÚSICA I VEU	11
ARTS VISUALS I PLÀSTIQUES	12
ARTESANIA TÈXTIL I ARTS DECORATIVES	12
SALUT I ACTIVITAT FÍSICA	13
BALLS DE SALÓ O BALLS TRADICIONALS	14
LLENGÜES	14
GASTRONOMIA I ALIMENTACIÓ	15
ALTRES ACTIVITATS	15
SERVEIS	15

El Centre Cívic Matas i Ramis és un equipament municipal, referent cultural del barri d'Horta, que disposa d'una àmplia oferta de propostes culturals per al barri i/o la ciutat com concerts, espectacles, expos, entre d'altres.



AGENDA

ABRIL

14	20.00 h	AMAIA MIRANDA - CUANDO SE NOS MUEREN LOS AMORES	Concert BDC / Cançó d'autor
15	11.00 h	TALLER DEFENSA PERSONAL NO-MIXT	Taller / Exposició Happy Birthday!
15	11.30 h	MIQUELÓ EL MARINER	Taller / Temps en família
16	23.59 h	FINAL TERMINI DE CONCURS	Concurs Foto-literari / Textografia
22	11.30 h	DEIXEU-LI FER (O LA HISTÒRIA D'EN PATUFET)	Teatre d'ombres / Escena familiar
21	19.00 h	CUBA. HABANERA TÚ	Concert / Música clàssica
28	19.00 h	KITSCH, FLAMENCS I AUTOCONeixEMENT	Xerrada In-Edit / Presentació The Mystery of the Pink Flamingo
28	19.30 h	THE MYSTERY OF THE PINK FLAMINGO	Documental musical / In-Edit
29	11.30 h	LA FADA DE LES ESTACIONS	Petit Cineclub / Escena familiar

MAIG

5	19.00 h	QUIZZ ME ROCKSOUND	Joc de preguntes / In-Edit
5	19.30 h	WE LOVE ROCKSOUND	Documental musical / In-Edit
6	18.30 h	JOAN COLOMO	Concert inaugural / Horta Cor d'Autor
11	18.30 h	MAÛPAS	Concert / Horta Cor d'Autor
12	18.30 h	MARTA SHANTI	Concert / Horta Cor d'Autor
13	11.30 h	SOLONI	Clown, comèdia física i poesia visual / Escena familiar
13	12.00 h	CLARA POCH I MARÇAL CALVET	Concert / Horta Cor d'Autor
18	18.30 h	PATRICIA ATZUR	Concert / Horta Cor d'Autor
19	18.30 h	OYE SEBAS	Concert / Horta Cor d'Autor
19	19.00 h	ESTATS UNITS. HOMENATGE A GERSHWIN	Concert / Música clàssica
20	18.30 h	JÚLIA CRUZ SESÉ	Concert / Horta Cor d'Autor
23	19.00 h	CRISÀLIDE I ADDICCIONS	Inauguració / Exposició RAW
25	18.30 h	ROIGÉ	Concert / Horta Cor d'Autor
26	18.30 h	MATEOLIKA	Concert / Horta Cor d'Autor
27	11.30 h	CIRC EN FAMÍLIA	Taller / Temps en família
27	12.00 h	YAÏMA OROZCO	Concert / Horta Cor d'Autor

JUNY

2	19.00 h	LA SIMFONIA DEL NOU MÓN DE DVORÁK	Audició comentada / Música clàssica
10	11.30 h	EL MARE VIBRA	Concert / Horta Cançó d'Autor familiar
16	20.00 h	PRIMERA SEMIFINAL	Concurs de Cantautors/es
17	19.00 h	SEGONA SEMIFINAL	Concurs de Cantautors/es
18	19.00 h	LA GRAN FINAL	Concurs de Cantautors/es

ACTIVITATS CULTURALS

MÚSICA

BARCELONA DISTRICTE CULTURAL

CANÇÓ D'AUTOR

IN-EDIT ON TOUR

MÚSICA CLÀSSICA

TEXTOGRAFIA

EXPOSICIONS

ESPAI RAW

ESPAI CAFÈ

MÚSICA

BARCELONA DISTRICTE CULTURAL

Activitats gratuïtes i presencials amb inscripció prèvia 15 dies abans al web

AMAIA MIRANDA - CUANDO SE NOS MUEREN LOS AMORES

Divendres, 14 d'abril, a les 20.00 h

El disc de debut de la cantautora i guitarrista basca Amaia Miranda *Cuando se nos Mueren los Amores* (2022) és un àlbum sensible que reivindica la força de les cançons nues, sense ornaments, amb una voluntat de trobar la bellesa de la imperfecció. Folk íntim i *lo-fi* ideal si us agraden Nick Drake, Joni Mitchell, Silvio Rodríguez, José González o Adrianne Lenker.



CANÇÓ D'AUTOR

CICLE DE CONCERTS HORTA COR D'AUTOR

Del 6 al 27 de maig

Concerts de música d'autor a diferents espais i comerços del barri. *Activitats gratuïtes. Accés lliure*



JOAN COLOMO. Concert inaugural

Espai: Plaça Eivissa

Dissabte, 6 de maig, a les 18.30 h

MAÜPAS

Espai: Temple, Passeig Maragall, 400

Dijous, 11 de maig, a les 18.30 h

MARTA SHANTI

Espai: Stefano, Baixada de la Plana, 33

Divendres, 12 de maig, a les 18.30 h

CLARA POCH I MARÇAL CALVET

Espai: Plaça Santes Creus

Dissabte, 13 de maig, a les 12.00 h

PATRICIA ATZUR

Espai: Lluna de Paper, Feliu i Codina, 6

Dijous, 18 de maig, a les 18.30 h

OYE SEBAS

Espai: Abierto festivos, Lisboa, 18

Divendres, 19 de maig, a les 18.30 h

JÚLIA CRUZ SESÉ

Espai: Plaça de les Masies

Dissabte, 20 de maig, a les 12.00 h

ROIGÉ

Espai: Arreglos de Ropa y mercería Horta, Pere Pau, 30-32

Dijous, 25 de maig, a les 18.30 h

MATEOLIKA

Espai: La Crema, Dante Alighieri, 77

Divendres, 26 de maig, a les 18.30 h

YAÏMA OROZCO. Concert de cloenda

Espai: Plaça Bacardí

Dissabte, 27 de maig, a les 12.00 h

IN-EDIT ON TOUR

THE MYSTERY OF THE PINK FLAMINGO

Divendres, 28 d'abril

A les 19.00 h: KITSCH, FLAMENCS I AUTOCONEIXEMENT

Presentació del film amb Gerard Rodríguez, productor del documental (Japónica Films). Parlarem del procés de creació i la producció del documental.

A les 19.30 h: THE MYSTERY OF THE PINK FLAMINGO

Un enginyer de so empra esforços de recerca inusuals per a revelar els secrets darrere de la icona per excel·lència del kitsch, el Pink Flamingo. La seva estranya aventura es convertirà inesperadament en un viatge creatiu cap a l'autodescobriment.

Dir: Javier Polo/ 86 minuts /VOSE

Activitat conjunta gratuïta amb inscripció prèvia 15 dies abans al web



WE LOVE ROCKSOUND

Divendres, 5 de maig

A les 19.00 h: QUIZZ ME ROCKSOUND

Recreant l'ambient informal d'un pub amb beguda i crispetes, repassarem alguns artistes que han passat per la famosa sala a través d'un joc de preguntes de Quizz Me. L'equip guanyador s'endurà una inscripció gratuïta de la programació de tallers.

A les 19.30 h: WE LOVE ROCKSOUND

Durant 12 anys i 4 mesos, la sala Rocksound BCN a la cantonada d' Almagàvers amb Pamplona va ser el petit gran temple de l'underground rocker barceloní. Aquest és un sentit i humil homenatge en què els seus responsables, així com músics, periodistes i promotors clamen la importància de quatre parets que només l'especulació urbanística va poder silenciar.

Dir: R. Albarran, D. Castellà/83 minuts /VOSC



Activitat conjunta gratuïta amb inscripció prèvia 15 dies abans al web.

MÚSICA CLÀSSICA

DIVENDRES DE CLÀSSICA 2023

AMÈRICA, AMÈRIQUES. CONVERSES A DOS COSTATS DE L'ATLÀNTIC

CUBA. HABANERA TÚ

Divendres, 21 d'abril, a les 19.00 h

Yelen Montero, soprano; Miguel Ángel Dionís, piano

La música cubana, i concretament l'havanera, ha estat molt influent en la música europea dels segles XIX i XX. En aquest concert, Montero i Dionís proposen un viatge acolorit amb algunes de les cançons i havaneres més destacades del repertori líric i popular.

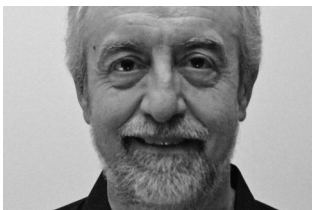


ESTATS UNITS. HOMENATGE A GERSHWIN

Divendres, 19 de maig, a les 19.00 h

Jordi Vilapinyó, piano

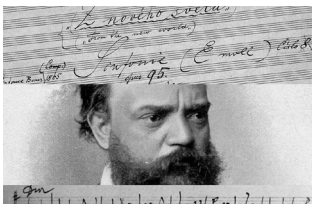
Aquest concert vol fer una panoràmica de la música de G. Gershwin, des dels seus èxits més esclatants de joventut i les cançons dels seus musicals de Broadway fins a la seva obra mestra, l'òpera Porgy and Bess. També escoltarem la famosíssima Rhapsody in Blue, en versió piano sol.



LA SIMFONIA DEL NOU MÓN DE DVORAK

Divendres, 2 de juny, a les 19.00 h
Audició comentada amb Valeri Cabot

La Simfonia n. 9 en Mi menor, coneguda amb el sobrenom "Del Nou Món", té els seus orígens en la recerca d'un estil americà de composició. Antonín Dvořák (1841-1904) va manifestar que la música negra i dels nadius nord-americans hauria de ser la font per a crear un estil de música pròpiament americà.



TEXTOGRAFIA

Del 20 de març fins al 16 d'abril

Concurs foto-literari que fusiona una imatge i un microrelat de màxim 300 mots. Les textografies guanyadores s'enduran premis de 300, 150 i 75 euros. Les 10 obres finalistes formaran part d'una exposició a l'Espai RAW, del 10 de maig al 14 de juliol. Consulta les bases del Concurs al web del Centre Cívic.



Erm de Clara Fortuny @byclarafortuny

EXPOSICIONS

SALA IGNASI VALLHONESTA

HAPPY BIRTHDAY!

Del 9 de març al 8 de maig

Comissariat: Auri Alós

Artistes: Àngela Gemio, Sai Bella, Anna Roig, Sofia Tsyhanoki, Maria Felip Llavayol i Auri Alós

Projecte guanyador de la Convocatòria Pankhurst.

Dins del Cicle Microcomissariats.

Havent nascut dones, cada any de vida pot ser l'últim, i cada festa d'aniversari esdevé un dol per totes aquelles que, enguany, no han arribat a complir anys. Happy Birthday! és una festa on no hi ha res a celebrar, que exposa l'obra de creatives feministes per a denunciar una realitat que no canvia i lloar, tot d'una, la nostra lluita.

Inauguració: Performance de pintura mural i pastís d'aniversari.

Dijous, 9 de març, a les 19.30 h

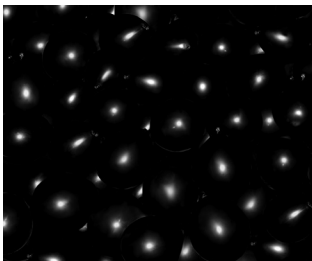
Activitat vinculada:

Taller de defensa personal no mixt

Dissabte, 15 d'abril, a les 11.00 h

A càrrec d'Alberto Jiménez

Amb la col·laboració d'Afribrocat.

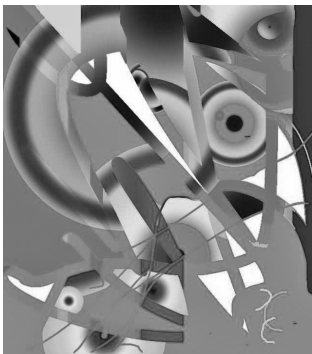


PINTANT AMB DISCAPACITAT VISUAL

Del 12 de maig al 21 de juny

Artista: Clara Fernández Caballé

“Un ordinador amb la lupa de Windows es l'eina necessària per a poder pintar, accedir a la informació i llegir a causa de la meva discapacitat visual severa i disfunció motora. Són un conjunt de dibuixos abstractes i espontanis fets en diferents etapes.”



ESPAI RAW

CRISÀLIDE I ADDICCIONS

Del 10 de març al 20 d'abril

Crisàlide, Gisela Garcia Vara i Addiccions, Sandra Roman Belinchón

El cos humà en diàleg; entre la mutació i la dependència.

Organitza: Institut d'Estudis Fotogràfics de Catalunya - IEFC



TEXTOGRAFIA 2023

Del 10 de maig al 14 de juliol

Exposició de les 10 propostes finalistes del concurs.

ESPAI CAFÈ

COL·LECTIVES DEL TALLER DE DIBUIX I PINTURA

Del 30 de març al 12 de juliol

Dues exposicions dels alumnes del Taller de Dibuix i Pintura.

TALLERS CULTURALS

Les activitats es duran a terme seguint la normativa de seguretat i prevenció que les autoritats sanitàries indiquin en cada moment.

Preus pendents d'aprovació per la Comissió de Govern de l'Ajuntament de Barcelona.

INFORMACIÓ INSCRIPCIONS

PRESENCIALS:

A partir del 13 de març de 2023

Modalitat de pagament presencial: targeta

Horaris d'inscripcions: matí, de 10.00 a 13.30 h; tarda, de 16.00 a 19.30 h

EN LÍNIA:

A partir de les 10.00 h del dia 13 de març de 2023

Web Centre Cívic: <https://ajuntament.barcelona.cat/ccivics/matasiramis>

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

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

INFORMACIÓ TALLERS

Inici dels tallers: setmana del 27 de març de 2023

Devolucions de tallers cancel·lats: es faran per transferència bancària o amb la targeta de crèdit.

Durada: deu setmanes, tret que se n'indiqui una altra.

Places limitades: els grups hauran de tenir un mínim d'inscrits per a poder impartir-los, i disposen de places limitades.

NORMATIVA GENERAL D'INSCRIPCIONS

Per formalitzar les inscripcions heu de seguir la normativa següent:

El Centre es reserva el dret de variar la programació, l'horari, professorat o la ubicació d'una activitat dins de l'equipament, si ho considera necessari. El Centre es reserva el dret de suspendre les activitats que no tinguin un nombre mínim de participants o per altres raons tècniques. En aquests casos, s'efectuarà la devolució de l'import de la inscripció. **En cap cas es retornaran els diners** de la matrícula, tret de les persones que presentin un informe mèdic que demostrï que no poden realitzar el taller, i **només** la primera setmana d'inici del taller. La possibilitat de canvi de taller només es considerarà durant la primera setmana de cursos, sempre que hi hagi plaça disponible. Es recuperaran les sessions perdudes per causes alienes a l'usuari/ària, dins del trimestre en curs. Cal indicar al professorat qual-sevol aspecte de salut destacable que s'hagi de tenir en compte a l'hora de dur a terme el taller. El material fungible que sigui necessari per al taller anirà a càrrec de l'usuari/ària. En la informació de cada taller s'especifica quin és aquest plus econòmic que s'haurà d'abonar el primer dia de classe. El centre declina tota responsabilitat per pèrdua de material i d'objectes de valor econòmic i/o personal. **La inscripció a un taller significa l'acceptació d'aquesta normativa.**

INFORMACIÓ DESCOMPTES

Les inscripcions a tallers amb subvenció d'atur o bé per a persones amb discapacitat no estan disponibles en línia. Cal venir presencialment. El descompte només és aplicable a un taller per trimestre. Consulta al nostre web la documentació que et cal portar.

SORTIDES, RUTES I VISITES GUIADES

RUTES PER BARCELONA

Dilluns, de 10.30 a 12.30 h
Del 17/4 al 19/6 (7 sessions)
Dies 10 d'abril, 1 i 22 de maig
i 5 de juny no hi ha classe.
Preu trimestral: 52,68 €
Taller de 14 hores
Prof. Judith Soler

Us proposem redescobrir Barcelona amb 7 noves rutes. Passejarem parlant de cultura teatral, de monestirs, històries de palaus, d'arquitectura modernista i de cementiris molt amagats.

VIATGE A LES EXPOSICIONS DE BARCELONA

Dijous, d'11.00 a 12.30 h
Del 13/4 al 15/6 (10 sessions)
Preu trimestral: 56,45 €
Taller de 15 hores
Prof. Maria Concetta Marino

Visitarem les millors exposicions del moment de la ciutat de la mà d'una professora que ens guiarà en aquesta experiència enriquidora.

Les entrades a museus i exposicions aniran a càrrec de l'alumnat.



HUMANITATS

HISTÒRIA DE L'ANTIC MUNICIPI I ACTUAL BARRI D'HORTA

Dijous, de 18.30 a 20.00 h
Del 14/6 al 21/6 (4 sessions)
Preu trimestral: 22,58 €
Taller de 6 hores
Prof. Pau Vinyes

Descobrirem la història de l'antic municipi de Sant Joan d'Horta i l'actual barri d'Horta des de l'Edat Moderna fins al segle XX. Un poble empenyorat, rural, ple de masies i bugaderes, de petits tallers i vida associativa, construït dia a dia per la seva gent. Descobrirem la seva història tot contextualitzant-la juntament amb Barcelona i Catalunya. Una mirada des de la societat, el món de les dones, la política, la cultura i la vida quotidiana, entre d'altres.

1. De parròquia del Consell de Cent a municipi independent.

2. L'annexió de Sant Joan d'Horta a la ciutat de Barcelona.

3. Dictadura de Primo de Rivera i Segona República a Horta.

4. Guerra Civil i dictadura franquista a Horta.



ÒPERA... L' EXPRESSIÓ DE L'ÀNIMA!

N

Dijous, de 19.00 a 21.00 h
Del 27/4 al 25/5 (5 sessions)
Preu trimestral: 37,63 €
Taller de 10 hores
Prof. Jordi Clos

Des del s. XVI compositors i música han expressat tota mena d'emociions, desitjos, deliris i passions amb l'enllaç entre música i text. L'òpera

ha sigut un entreteniment, però també un revulsiu, un agent revolucionari i, fins i tot, el ciment de tota mena de canvis socials. Farem una mirada a tota la història de l'òpera, compositors, obres més rellevants i els canvis que han impulsat. Un viatge trepidant on podrem, a partir de l'audició d'òperes, sentir i imaginar com vivien els nostres avantpassats quan assistien a aquests esdeveniments tan populars i lúdics.

MÚSICA I VEU

LABORATORI DE CREACIÓ

N

Dijous, de 19.30 a 21.30 h
Organitza Associació Rodautors en col·laboració amb Centre Cívic Matas i Ramis
Dijous quinzenals de març a juny.
Dies 9 i 23 de març, 6 i 20 d'abril, 4 i 18 de maig i 1, 15, 29 juny
Gratuït
Prof. Manuel Fuentes i Luis Borraz

Un espai pensat per a compartir eines que ajudin cantautors/es emergents a desenvolupar i professionalitzar els seus projectes musicals. Els tallers es divideixen en sessions de Composició (treballarem diferents aspectes d'harmonia, llenguatge musical i guitarra a través de l'aprenentatge col·lectiu) i sessions d' Interpretació (generarem recursos escènics i corporals per a desenvolupar eines que ens permetin tirar endavant una actuació i establir una bona comunicació amb el públic).



GUITARRA

Dilluns, de 19.45 a 20.45 h
Del 27/3 al 12/6 (8 sessions)
Dies 10 d'abril, 1 de maig i 5 de juny no hi ha classe.
Preu trimestral: 30.10 €
Taller de 8 hores
Prof. d'Escola de Música Virgínia Blanch

Dirigit a persones interessades a aprendre a tocar la guitarra i que ja en tinguin algun coneixement. Aprendràs acords, escales, lectura de partitura i cançons.



INICIACIÓ AL CANT

Dimarts, de 18.00 a 20.00 h
Del 28/3 al 6/6 (10 sessions)
Preu trimestral: 75,26 €
Taller de 20 hores
Prof. Raquel Lúa

Coneixerem les eines bàsiques del cant. És un taller adaptat a un tipus de públic que vulgui conèixer la seva veu, experimentar-hi i gaudir-ne en grup.

UKELELE

Dimecres, de 18.30 a 19.30 h
Del 29/3 al 7/6 (10 sessions)
Preu trimestral: 37,63 €
Taller de 10 hores
Prof. d'Escola de Música Virgínia Blanch

Vols aprendre a tocar l'ukelele i passar-ho bé? Aquest és el teu instrument.

No és necessari tenir coneixements previs de música. Només has de portar el teu ukelele.

SENSIBILITZACIÓ MUSICAL PER A BEBÉS (2-3 ANYS)

Dissabte, de 10.00 a 11.00 h

De l'1/4 al 10/6 (9 sessions)

Preu trimestral: 33,87 €

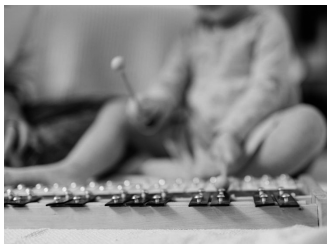
Taller de 9 hores

Taller familiar (infants acompanyats d'una persona adulta)

Prof. d'Escola de Música Virgínia Blanch

La música és una font de comunicació i expressió que afavoreix que

l'infant desperti la curiositat per allò que l'envolta i millori la concentració i la capacitat auditiva.



ARTS VISUALS I PLÀSTIQUES

DIBUIX I PINTURA

Dimecres, d'11.00 a 13.00 h

Del 29/3 al 7/6 (10 sessions)

Preu trimestral: 75,26 €

Taller de 20 hores

Prof. Ignacio Carmona

Introducció al dibuix i la pintura sense tenir cap coneixement pictòric i per a aquells que desitgin aprofundir en els seus coneixements tant d'art clàssic com tradicional.

EXPRESSA'T AMB L'AQUAREL·LA

Dimecres, de 18.30 a 20.30 h

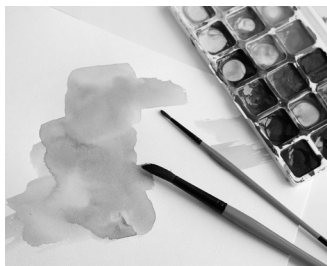
Del 29/3 al 7/6 (10 sessions)

Preu trimestral: 75,26 €

Taller de 20 hores

Prof. Úrsula Uriach

Un curs per a conèixer la tècnica a l'aigua per excel·lència. A cada sessió tractarem un tema diferent per a practicar-lo i entendre'l bé. Utilitzarem l'experimentació per a connectar amb la metodologia d'aprenentatge.



APRÈN A DIBUIXAR

Dimecres, de 16.45 a 18.15 h

Del 29/3 al 7/6 (10 sessions)

Preu trimestral: 56,45 €

Taller de 15 hores

Prof. Úrsula Uriach

El dibuix és l'element essencial per a introduir-se en el món de les arts plàstiques. Nivell inicial, dirigit a persones que no han dibuixat mai o a persones amb nocions bàsiques.

ARTESANIA, TÈXTIL I ARTS DECORATIVES

PATCHWORK

Dijous, de 10.30 a 12.30 h

Del 30/3 al 8/6 (10 sessions)

Preu trimestral: 75,26 €

Taller de 20 hores

Prof. Esther Pérez

Coneixerem les diferents tècniques de costura que s'utilitzen a l'univers del patchwork i ens endinsarem en un fascinant món de colors i formes.



SALUT I ACTIVITAT FÍSICA

GIMNÀSTICA PEL BENESTAR

TARDA - Dilluns, de 17.30 a 19.00 h
Del 27/3 al 12/6 (8 sessions)
Dies 10 d'abril, 1 de maig i 5 de juny
no hi ha classe

Preu trimestral: 45,16 €

Taller de 12 hores

MATÍ - Divendres, de 12.00 a 13.30 h
Del 31/3 al 9/6 (10 sessions)

Preu trimestral: 56,45 €

Taller de 15 hores

Prof. Mercè Civit

Un treball corporal amb un objectiu clar: "benestar". Amb l'essència de diferents tècniques com el ioga, el Pilates, la teràpia RPG, l'stretching i d'altres.



ESTIRAMENTS

Dimarts i dijous, de 13.30 a 14.15 h
Del 28/3 al 8/6 (20 sessions)

Preu trimestral: 56,45 €

Taller de 15 hores

Prof. Iolanda Ezquerro

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

IOGA

Grup A- Dimarts, de 18.30 a 19.30 h
Grup B- Dimarts, de 19.45 a 20.45 h
Del 11/3 al 13/6 (10 sessions)

Preu trimestral: 37,63 €

Taller de 10 hores

Prof. Maria Torrents

Ioga significa "unir" i és la pràctica de l'equilibri cos-ment. Un espai perquè et descobreixis, guanyis consciència corporal, salut i serenitat.

CUIDEM ELS OSSOS I ARTICULACIONS

Dimecres, d'11.15 a 12.15 h
Del 29/3 al 13/6 (10 sessions)
Dia 10 de maig no hi ha classe.

Preu trimestral: 37,63 €

Taller de 10 hores

Prof. Esther Burgos

Mitjançant chi kung, mudres, moviments senzills i la pràctica del neikun, reforçarem la densitat i resistència dels nostres ossos i ajudarem a combatre l'osteoporosi i el procés d'envelliment i desgast.

TÈCNIQUES DE RESPIRACIÓ, RELAXACIÓ I ATENCIÓ PLENA

Dimecres, de 12.30 a 13.30 h.
Del 29/3 al 13/6 (10 sessions)
Dia 10 de maig no hi ha classe.

Preu trimestral: 37,63 €

Taller de 10 hores

Prof. Esther Burgos

Ajudarem a combatre estats d'angoixa, estrès, ansietat, insomni, depressió i d'altres malestars. Practicarem diferents mètodes per trobar pautes personals i autogestionar-nos.

ZUMBA

Grup A - Dimecres, de 19.00 a 20.00 h
Grup B - Dimecres, de 20.15 a 21.15 h
Del 29/3 al 7/6 (10 sessions)

Preu trimestral: 37,63 €

Taller de 10 hores

Prof. Anna Plana

Música per a tots els gustos, moviment i moltes ganes de passar-ho bé. Coreografies que cada dia et faràs més teves i que et permetran sortir-ne brillant més que mai.

TAITXÍ - TARDA

Dijous, de 18.00 a 19.30 h
Del 13/3 al 8/6 (9 sessions)

Preu trimestral: 50,80 €

Taller de 13.5 hores

Prof. Chabela Cortés

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

BALLS DE SALÓ O BALLS TRADICIONALS

AFROBEATS

Del 27/3 al 12/6 (8 sessions)
Dies 10 d'abril, 1 de maig i 5 de juny
no hi ha classe
Preu trimestral: 45.16 €
Taller de 8 hores
Prof. Nicolas Remigio Esomo

Aprèn els passos i postures bàsiques de l'Afro. Descobrirem els grooves de l'Afro recorrent als diferents països a través dels seus ritmes: azonto, coupedecale, ndombolo o shaku shaku.

BALLS DE SALÓ

Grup A- Dilluns, de 20.15 a 21.30 h
Del 27/3 al 12/6 (8 sessions)
Dies 10 d'abril, 1 de maig i 5 de juny
no hi ha classe
Preu trimestral: 37.63 € (preu per persona). Taller de 10 hores
Grup B- Divendres, de 20.15 a 21.30 h
Del 31/3 al 9/6 (10 sessions)
Preu trimestral: 47.04 €. (preu per persona). Taller de 12.30 hores
Prof. Eduard Pérez

Aprendrem a moure'ns i a deixar-nos endur per la música, la qual ens brinda una sensació de benestar mental i aconseguir que el ball esdevingui

una habitud i no pas una activitat puntual. Cal inscripció amb parella.



SWING SOLO

Dimarts, de 20.15 a 21.45 h
Del 28/3 al 6/6 (10 sessions)
Preu trimestral: 56,45 €
Taller de 15 hores
Prof. Eila Galan

Un ball individual i d'origen afroamericà, dins del qual un dels més coneguts de l'època va ser el xarleston, iniciat durant els anys 20. Un ball ben dinàmic i divertit i que t'omplirà d'energia.

LLENGÜES

ANGLÈS DE SUPERVIVÈNCIA

Dimarts, de 10.00 a 11.30 h
Del 28/3 al 6/6 (10 sessions)
Preu trimestral: 56,45 €
Taller de 15 hores
Prof. Isabel Howlett

Dirigit a persones principiants. Treballarem el nostre anglès aplicable a la vida quotidiana.

INTERACTIVE ENGLISH

Dimarts, d'11.45 a 13.15 h
Del 28/3 al 6/6 (10 sessions)
Preu trimestral: 56,45 €
Taller de 15 hores
Prof. Isabel Howlett

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

ET VOILÀ! FRANCÈS

Dijous, de 17.30 a 19.00 h
Del 30/3 al 8/6 (10 sessions)
Preu trimestral: 56,45 €
Taller de 15 hores
Prof. Pascal Verkest

Taller destinat a persones amb nocions bàsiques de la llengua francesa. Mitjançant la realització d'exercicis (escrits i orals) i l'audició de diàlegs, estudiarem el vocabulari de la vida quotidiana.

GASTRONOMIA I ALIMENTACIÓ

*En funció de les restriccions sanitàries, el desenvolupament d'aquests monogràfics es pot veure alterat (demostració en directe o taller participatiu).

*Es recomana portar un davantal i una carmanyola a cada sessió.

CUINEM PER CONVIDAR

N

Dimecres, d' 11.00 a 13.00 h

Del 3/5 al 31/5 (5 sessions)

Preu taller: 37,63 € + 12 € de material.

Prof. Carmeta Comas (Escola de Cuinetes)

Us proposem plats de temporada amb els productes que trobem als mercats. Propostes clàssiques i alguna de més moderna, des de pasta fresca fins a focaccia, tot passant per un filet amb guarniment.



ALTRES ACTIVITATS

GIMNÀSTICA PER A LA GENT GRAN

Organitza: Associació Esportiva Sant Andreu

Més informació al web
www.aesantandreu.org

AULES D'EXTENSIÓ UNIVERSITÀRIA

Adherides a la Universitat Autònoma de Barcelona

Conferències obertes a totes les edats.

SERVEIS

CAFETERIA

De dilluns a divendres, de 8.00 a 20.00 h

Dissabte, de 9.00 a 13.00 h

BARCELONA WIFI

PUNT DE RECOLLIDA DE PILES I ROBA

ESPAI BAMBINI: RACÓ INFANTIL DE LECTURA I JOC

MAPA



ADREÇA

Centre Cívic Matas i Ramis
C/ Feliu i Codina, 20
08031, Barcelona
Tel. 934 072 356
ccmatasiramis@bcn.cat
Metro: Horta (L5) i Valldaura (L3)
Bus: 86, 87, 102, 185, 19, V21, V23, V25

HORARIS

De dilluns a divendres,
de 8.30 a 22.00 h
Dissabte, de 9.00 a 14.00 h

SEGUEIX-NOS I NO ET PERDIS RES

 @ccmatasiramis

 @ccmatasiramis

 @matasiramis

ajuntament.barcelona.cat/ccivics/matasiramis

De conformitat amb el Reglament Europeu de Privacitat 679/2016 i la Llei Orgànica l'informem que les dades formen part d'un fitxer responsabilitat de Calaix de Cultura S.L. amb la finalitat de gestionar la relació. Les seves dades seran conservades durant el període de responsabilitat o mentre sigui necessària per a la gestió de la relació. Les persones usuàries tenen el dret a accés, limitació, portabilitat, reclamació a l'autoritat Espanyola de Protecció de Dades, supressió o oblit, rectificació, cancel·lació i oposició al tractament de dades en l'adreça electrònica calaixdecultura@calaixdecultura.cat o al domicili social situat al c. Diputació 185, pral. 1a. Donarem resposta a qualsevol petició.

L'encarregat del tractament és Calaix de Cultura S.L. i el Delegat de Protecció de Dades és UNIVER IURIS S.L. (www.uneon.es). L'adreça electrònica de contacte és calaixdecultura@calaixdecultura.cat.

**Districte
d'Horta-Guinardó**