

Centre Cívic Sant Martí

**PROGRAMACIÓ  
TALLERS DE TARDOR**

De setembre a desembre de 2023

Sant Martí

Ajuntament de  
Barcelona



---

## TALLERS DE TARDOR

---

---

### INSCRIPCIONS · TALLERS

---

**Inici dels tallers:** a partir del 18 de setembre de 2023.

**Període d'inscripcions en línia:** a partir del 5 de setembre, a les 10 h. A través de l'aplicatiu web [santmarti.inscripcionscc.com](http://santmarti.inscripcionscc.com)

**Període d'inscripcions presencials:** a partir del 5 de setembre, a les 9:30 h.

**Horari:** De dilluns a divendres de de 9.30 a 14 h. i de 16 a 20.30 h. A la 3a planta del centre cívic.

**Finalització del període d'inscripcions:** cinc dies abans de l'inici de cada taller.

---

### NORMATIVA

---

El pagament de les inscripcions presencials es farà amb targeta i en el moment de la inscripció.

No es reserva plaça per telèfon ni per correu electrònic.

Els col·lectius amb preus reduïts (persones a l'atur i persones amb discapacitats reconegudes residents a Barcelona) hauran de fer la inscripció presencialment al centre i aportar la documentació necessària. Si ets una persona usuària amb mobilitat reduïda o diversitat funcional i vols apuntar-te a un taller, posa't en contacte amb nosaltres: [dinamitzacio@ccsantmarti.net](mailto:dinamitzacio@ccsantmarti.net)

El centre cívic es reserva el dret de suspendre qualsevol taller que no hagi assolit un mínim de persones inscrites.

Un cop iniciats els tallers no es retornaran els diners, exceptuant aquells casos en els quals la persona inscrita porti un justificant mèdic que acrediti que no pot realitzar el taller.

El Centre Cívic es reserva el dret a realitzar un canvi en la persona docent de l'activitat sense que això comporti una modificació en la temàtica treballada al taller. Aquest canvi, no donarà dret a demanar la devolució de la quota un cop hagin començat els tallers.

A cada taller s'indicarà el material i/o els ingredients necessaris per a aquest i si hi ha un import afegit, es pagarà a la primera sessió de l'activitat (en metàl·lic i amb l'import just.)

Per més informació, posa't en contacte amb nosaltres: [administracio@ccsantmarti.net](mailto:administracio@ccsantmarti.net)

**\*IMPORTANT: No es recomana a persones que tinguin o hagin tingut lesions a l'esquena o a les articulacions (genolls, turmells, etc.)**

**\*\*IMPORTANT: No apte per embarassades, persones amb problemes de cor, d'hèrnia discal o altres problemes greus de columna.**



*Cal portar màrrega i tovallola.*

#### **TONO-GAC**

Dj. de 19.20 a 20.20 h. 8 sessions. Dates: del 5 d'octubre al 30 de novembre (12 d'octubre no hi ha classe).

Preu: 30,10 €

Impartit per Gladys Echeverri

Gimnàstica de manteniment on treballarem el tren inferior del cos: glutis, abdominals, cames i el superior per tonificar els braços, l'esquena i la cintura. Un entrenament efectiu per estar en forma.

---

#### **SALUT DEL SOL PELVIÀ I MINDFULNESS\*\***

DI. de 18 a 19 h.10 sessions. Dates: del 2 d'octubre al 4 de desembre.

Preu: 37,63 €

Impartit per Gladys Echeverri

A partir de diferents exercicis treballarem la faixa abdominal i el sòl pelvià. La classe es dividirà en tres parts: exercicis de Kegel, hipopressius i per finalitzar mindfulness i relaxació.

---

#### **PILATES\*\***

##### **Grup A**

DI. de 20.30 a 21.30 h. 10 sessions. Dates: del 2 d'octubre al 4 de desembre.

##### **Grup B**

Dm. de 20 a 21 h.10 sessions. Dates: del 3 d'octubre al 5 de desembre.

Preu: 37,63 €

Impartit per Gladys Echeverri

En aquest taller ens centrarem a cultivar els músculs anomenats posturals per tonificar-los, reforçarem la musculatura i augmentarem el control, la força i la flexibilitat del nostre cos.

---

## TALLERS DE PRIMAVERA

---

### TAI-TXI

#### Grup A

DI. de 18 a 19.30 h. 10 sessions. Dates: del 2 d'octubre al 4 de desembre.

#### Grup B

Dv. de 10 a 11.30 h. 10 sessions. Dates: del 22 de setembre al 1 de desembre (13 d'octubre no hi ha classe). Preu: 37,63 €

Impartit per **Alicia López**

Disciplina de naturalesa marcial i origen xinès a partir de la qual realitzarem moviments encadenats de manera coordinada, lenta, suau i precisa. Combinem la ment, la respiració i el cos en una perfecta harmonia para equilibrar l'energia amb aquesta art marcial per a la conservació de la salut.

---

### HATHA IOGA

Dm. i Dj. de 9 a 10 h. 22 sessions. Dates: del 19 de setembre al 5 de desembre (12 d'octubre no hi ha classe). Preu: 82,79 €

Impartit per **Mònica Rota**

Disciplina d'origen hindú coneguda per les seves asanas o postures corporals, que donen fermeza i elasticitat als músculs. La transició suau entre els moviments i el control de la respiració la converteixen en una activitat ideal per mantenir els nostres cossos actius. Apte per tothom, ja que les asanas o postures es poden adaptar a la teva capacitat.

---

### VINYASA IOGA \*\*

Dc. de 18.30 a 19.30 h. 10 sessions. Dates: del 20 de setembre al 29 de novembre (1 de novembre no hi ha classe). Preu: 37,63 €

Impartit per **Monica Rota**

Estil de loga actiu on les postures flueixen a ritme de la respiració, per a crear seqüències dinàmiques. La combinació de diferents postures, de la respiració i meditacions, ajuden a millorar l'estat físic del cos i desenvolupar calma mental i estabilitat emocional.

---

### GIMNÀSTICA

#### Grup A

DI. i Dc. de 9 a 10 h. 21 sessions. Dates: del 18 de setembre al 4 de desembre (25 de setembre i 1 de novembre no hi ha classe).

#### Grup B

DI. i Dc. de 10.15 a 11.15 h. 21 sessions. Dates: del 18 de setembre al 4 de desembre (25 de setembre i 1 de novembre no hi ha classe). Preu: 57,93 €

Impartit per **Beatriz Fernández**

Per a mantenir i millorar la flexibilitat, la fortalesa i l'agilitat del cos. Mitjançant la pràctica regular de diferents exercicis i moviments dinàmics aconseguirem una major consciència corporal i control muscular pel benestar general.

---

---

## TALLERS DE TARDOR

---

### MEDITACIÓ i RELAXACIÓ

Dv. 9 a 10 h. 10 sessions. Dates: del 22 de setembre al 1 de desembre (13 d'octubre no hi ha classe). Preu: 37,63 €

Impartit per Beatriz Fernández

Aquest és un taller introductori de meditació en el qual realitzarem exercicis d'atenció, respiració i visualització per a induir a l'estat meditatiu. La pràctica ens ajudarà a tenir més espai i pau interior per a gestionar les nostres experiències amb calma i positivitat.



## DANSA

---



### **BOLLYBLAST**

Dj. de 18.15 a 19.15 h. 10 sessions. Dates: del 21 de setembre al 30 de novembre (12 d'octubre no hi ha classe).

Preu: 37,63 €

Impartit per Polly Casson

Ballarem ritmes de Bollywood amb l'estil de zumba. Combinarem l'energia del Bollywood i de l'aeròbic amb els detalls més bonics de les danses de l'Índia com els mudras de les mans.

---

### **ZUMBA\***

Di. de 19.15 a 20.15 h. 10 sessions. Dates: del 2 d'octubre al 4 de desembre.

Preu: 37,63 €

Impartit per Eva Arias

Rutines que combinen ritmes ràpids i lents amb exercicis de resistència i tonificació. Treballarem principalment glutis, cames, braços i abdominals.

---

### **SEVILLANES**

#### **Iniciació**

Dm. de 18 a 19 h. 9 sessions. Dates: del 3 d'octubre al 28 de novembre

Aprendrem a ballar les 4 sevillanes treballant el compàs i lletres per a entendre les seves cobles. Per a qui parteixi de 0 o tingui una mica de noció, aquest és el teu taller.

#### **Avançat**

Dm. de 19 a 20 h. 9 sessions. Dates: del 3 d'octubre al 28 de novembre.

Preu: 33,87 €

Tallers impartits per Isabel Rivera

Per a qui ja les sàpiga i vulgui perfeccionar les i aprendre a ballar-les en diferents formats. En rotllana, amb parella, separades....i amb diferents coreografies.

---

---

## TALLERS DE TARDOR

---

### SALSA

#### Iniciació

Dc. de 19.45 a 20.45 h. 10 sessions. Dates: del 20 de setembre al 29 de novembre (1 de novembre no hi ha classe)

Preu: 37,63 €

Impartit per Alocubano

Aquest taller proposa acostar-se al món de la salsa sense o amb parella.

Practica el ritme per a seguir la música a partir de passos bàsics i lliures. Treballarem aquest ritme a partir de moviments per desenvolupar la connexió entre la música i els moviments.

#### Nivell 2

Dc. de 20.45 a 21.45 h. 10 sessions. Dates: del 20 de setembre al 29 de novembre (1 de novembre no hi ha classe).

Preu: 37,63 €

Impartit per Alocubano

Per aquesta taller s'han de tenir coneixements previs de salsa, havent cursat el taller d'iniciació dels trimestres passats.



#### **CUINA PER A CONVIDAR**

DI. de 18.30 a 20.30 h. 9 sessions. Dates: del 2 d'octubre al 27 de novembre.

Preu: 54,89 € + 22 d'ingredients

Impartit per Carmeta Comas (Escola de Cuinetes)

Plats que no deixaran indiferents els vostres convidats, receptes amb productes de temporada, fàcils i sorprenents. En finalitzar farem un tastet de germanor. Cal portar davantal i drap de cuina i el cabell recollit.

---

#### **APERITIUS I POSTRES DE NADAL**

DI de 18.30 a 21 h. 1 sessió. Data: Dilluns 11 de desembre.

Preu: 7,62 € + 6 d'ingredients

Impartit per Carmeta Comas (Escola de Cuinetes)

Aprèn a elaborar deliciosos i ràpids entrants i postres per fer gaudir als teus convidats. Treballarem amb massa de full, massa filo i farem tàrtar de fuet, paté de pebrots, cistelles de formatge... i panacotta de torró. Cal portar: davantal i drap de cuina i el cabell recollit.

---





**FILANT: TALLER DE BRODAT CREATIU**

Dm. de 18 a 20 h. 6 sessions. Dates: del 26 de setembre al 31 d'octubre.

Preu: 23,23 € + 5 € de materials

Impartit per [Alejandra Moschini](#)

Treballarem a partir d'una idea (poesia, música, frases, jocs) per començar un procés creatiu i incentivar la utilització d'altres materials i tècniques per integrar-les al brodat. No és necessari saber brodar.

Cal portar: tisora, enfilador, regla i llapis negre.

---

**BRODAT CONTRA EL PATRIARCAT**

Dm. de 18 a 20 h. 2 sessions. Dates: 14 i 21 de novembre.

Preu: 7,74 € + 5 € de materials

Impartit per [Alejandra Moschini](#)

25 de Novembre, dia contra la violència de gènere, et convidem a què ens acompanyis en aquest taller on brodarem frases denunciant la violència heteropatriarcal.

Aprenderàs varis punts de brodat i treballarem amb colors representatius d'aquesta data.

Cal portar: tisora, enfilador, regla i llapis negre

---

---

## TALLERS DE TARDOR

---

### INICIACIÓ A L'AQUAREL·LA

Dc. de 9 a 11 h. 10 sessions. Dates: del 20 de setembre al 29 de novembre (1 de novembre no hi ha classe).

Preu: 38,72 €

Impartit per Juan Antonio López Agüero

Familiaritza't amb una sèrie d'exercicis pràctics i senzills per a aconseguir les teves primeres obres en aquarel·la. No fa falta experiència prèvia, només ganes d'experimentar. Consulteu el material que cal portar.

---

### AQUAREL·LA INTERMEDI

Dc. de 11.30 a 13.30 h. 10 sessions. Dates: del 20 de setembre al 29 de novembre (1 de novembre no hi ha classe).

Preu: 38,72 €

Impartit per Juan Antonio López Agüero

Continuarem explorant les diverses maneres d'aplicar les aquarel·les, potenciant al màxim les seves qualitats i característiques plàstiques a través del desenvolupament d'exercicis i propostes concretes. Consulteu el material que cal portar.

---

### AULA OBERTA D'AQUAREL·LA

Dm. de 10.30 a 12.30 h. 10 sessions. Dates: del 26 de setembre al 28 de novembre.

Preu: 38,72 €

Impartit per Juan Antonio López Agüero

Espai creatiu per a persones coneixedores de la tècnica d'aquarel·la. Aplicarem conceptes de composició i d'aplicació de les aquarel·les a partir de diverses imatges i propostes. Tractarem de potenciar al màxim les nostres qualitats artístiques en la recerca d'un llenguatge personal. Consulteu el material que cal portar.

---

### CERÀMICA

Dj. de 19 a 21 h. 10 sessions. Dates: del 21 de setembre al 30 de novembre (12 d'octubre no hi ha classe).

Preu: 75,26 € + 15 € per materials

Impartit per Núria Vela

En aquest taller aprendràs a fer les teves pròpies peces de ceràmica. Primer dissenyaràs la peça, escolliràs la tècnica de modelatge més adient (que prèviament hauréu après) i finalment la decoraràs amb engalbes i diferents tècniques. També envernissaràs les teves peces a l'última sessió en un taller de ceràmica professional. Cal portar: bol per a l'aigua, bossa de plàstic gran, roba per embrutar o davantal.

---

---

## TALLERS DE TARDOR

---

### AULA DE PINTURA

#### Grup A

DI. i Dc. de 16 a 18 h. 21 sessions. Dates: del 18 de setembre al 4 de desembre (25 de setembre i 1 de novembre no hi ha classe).

#### Grup B

DI. i Dc. de 18.30 a 20.30 h. 21 sessions. Dates: del 18 de setembre al 4 de desembre (25 de setembre i 1 de novembre no hi ha classe).

Preu per grups A i B: 81,31 €

#### Grup C

Dm. i Dj. de 16 a 18 h. 22 sessions. Dates: del 19 de setembre al 5 de desembre. (12 d'octubre no hi ha classe).

#### Grup D

Dm. i Dj. de 18.30 a 20.30 h. 22 sessions. Dates: del 19 de setembre al 5 de desembre. (12 d'octubre no hi ha classe). Preu per cada taller:

Preu per grups C i D: 85,18 €

Tallers impartits per Virginia Zimanás

Un espai on aprendre a pintar des de zero i, si ja pintes, vine a millorar la tècnica! Aprendràs la importància del color i la llum en la pintura, exercitaràs per a despertar la mirada, la creativitat i executar les teves obres.

Consulteu el material que cal portar.

---

### APRENDRE A FER RETRATS

Divendres de 10.30 a 12.30 h. 11 sessions. Dates: del 22 de setembre al 1 de desembre. Preu: 42.59 €

Impartit per Virginia Zimanás

Un taller per començar a fer retrats posant el focus en l'entrenament i l'observació. Farem un munt d'exercicis per aprendre a dibuixar i experimentar amb diferents tècniques.

Consulteu el material que cal portar.

---

### HISTÒRIA

---



#### HISTÒRIA DEL BARRI

##### Inicial

Dj. de 10 a 13 h. 10 sessions. Dates: del 28 de setembre al 14 desembre (12 d'octubre i 7 de desembre no hi ha sessió).

Preu: Gratuït.

De les restes romanes a la futura estació ferroviària. De les associacions de veïns a les entitats de cultura popular. Les dues primeres hores són de treball sobre dades i la darrera de passeig per conèixer el barri.

##### Avançat

Dv. de 10 a 13 h. 12 sessions. Dates: del 15 de setembre al 15 de desembre ( 13 d'octubre i 8 de desembre no hi ha sessió).

Preu: Gratuït.

Grup de recerca i investigació al voltant de la història de La Verneda de Sant Martí.  
Per aquest taller cal que s'hagi cursat el nivell inicial.

Impartits per José Ángel Borlán de la SOCIETAT D'ESTVDIS DE LA VERNEDA DE SANT MARTÍ (SELAV)

**INFORMÀTICA, INTERNET I MOBIL****Grup A**

Dc. de 17 a 18.30 h.

**Grup B**

Dc.de 18.30 a 20 h.

10 sessions. Dates: del 20 de setembre al 29 de novembre (1 de novembre no hi ha classe).

Preu: Gratuït.

Impartit per Maria Martínez

El curs constarà d'una part de coneixement de l'ordinador i el seu entorn, Windows i també Internet, i d'altra banda aprendrem a treure-li partit al nostre telèfon intel·ligent. Adreçat a persones amb coneixements elementals d'informàtica i noves tecnologies que volen ampliar els seus coneixements. Cal portar: un telèfon intel·ligent amb connexió a internet pròpia, una llibreta, bolígraf i memòria USB.

### MEDI AMBIENT

---



#### **HORT URBÀ: PLANTANT A LA TARDOR**

Dm. de 18 a 20 h. 1 sessió. Data: 26 de setembre. Preu: Gratuït

Impartit per Júlia Volpe d'Educahorts i Cooperativa Agrícola Central Parc

Vols conèixer els cultius que podem sembrar i plantar en aquesta època? Doncs et convidem a aquest taller a on compartirem coneixements sobre Agroecologia i Sobirania Alimentària, i les característiques de les verdures i fruites de tardor.

---

#### **UPCYCLING PER UN FUTUR MÉS SOSTENIBLE**

Dc. de 18 a 21 h. 1 sessió. Data: 22 de novembre. Preu: Gratuït.

Impartit per Patty Mañá

Taller d'introducció i creació de costura mitjançant l'upcycling. Coneix i explora les possibilitats de la roba que ja no vols i dona-li una nova vida a partir de la tècnica sostenible de reciclatge "upcycling".

Cal portar: entre 2 i 4 peces de roba que es vulguin reutilitzar, reciclar i transformar.

---

#### **APRENEM A FER ESPELMES CASOLANES**

Dj de 18.30 a 20.30h. 1 sessió. Data: 30 de novembre. Preu: 7,53€ + 4 € per materials

Impartit per Zero Waste

En aquest taller, t'ensenyarem pas a pas com elaborar espelmes veganes úniques i respectuoses amb el medi ambient, i com podem aprofitar oli usat. Podràs triar entre una àmplia varietat d'aromes i colors per donar vida a la teva pròpia creació. També aprendrem tècniques senzilles de decoració per donar-li un toc especial a les teves espelmes i parlarem de recipients creatius.

Cal portar un pot de vidre d'uns 100ml, preferentment amb boca ampla i, si és possible, amb tapa. És opcional portar material addicional per decorar, com cintes, cordills o flors seques.

---



---

**MASTERCLASS MUV: SHUFFLE**

Ds. de 10 a 11.30 h. 1 sessió: Data: 21 d'octubre. Preu: Gratuït.

Impartit per Rukone

El Shuffle és un estil de ball nascut entre finals dels anys 80 i principis dels 90 dintre de les esferes club i rave d'Austràlia i Londres. Es balla a ritme de música electrònica principalment amb els peus jugant amb il·lusions de lliscar per terra i moviment estàtic. Ha evolucionat per passar de ser part del moviment contracultural rave a un fenomen de masses gràcies a la globalització, els festivals de música electrònica massius i les xarxes socials.

---

**MASTERCLASS MUV: HOUSE DANCE**

Ds. De 12 a 13.30 h. 1 sessió: Data: 21 d'octubre. Preu: Gratuït.

Impartit per Elin

El House dance és un estil de dansa urbana ballat sobre música House que ha estat desenvolupada en la costa East Coast. Es caracteritza per la improvisació i els complexos treballs de peus "Footworks" combinats amb moviments fluidos i rítmics del cos. L'estil House Dance és en realitat més antic que l'estil musical ja que va començar a desenvolupar-se al final dels anys 70, alguns dels seus passos procedeixen de diversos balls com ara el Lindy Hop, Dansa Africana, les Danses Latines, el Voguing, el Jazz, el Claqué i el Break dance.

---

**APERITIUS I POSTRES DE NADAL**

DI. de 18.30 a 21 h. 1 sessió: Data: Dilluns 18 de desembre. Preu: Gratuït.

Impartit per Carmeta Comas (Escola de Cuinetes)

Per a joves d'entre 16 i 25 anys. Aprèn a elaborar deliciosos i ràpids entrants i postres per fer gaudir als teus convidats. Treballarem amb massa de full, massa filo i farem tàrtar de fuet, paté de pebrots, cistelles de formatge... i panacotta de torró. Cal portar: davantal i drap de cuina i el cabell recollit.

---

### EN FAMÍLIA

---



#### **MEDI AMBIENT: AQUAREL·LES NATURALS**

Dj. de 17.30 h a 19h. 1 sessió. Data: dijous 5 d'octubre.

Preu per unitat familiar: Gratuït

Impartit per Júlia Volpe d'Educahorts i Cooperativa Agrícola Central Parc

Per a infants a partir dels 6 anys acompanyats d'una persona adulta.

A la Terra podem trobar colors meravellosos que ens inspiren a fer boniques creacions pintades. Explorarem alguns dels pigments naturals que trobem a les espècies, fruites, flors, verdures.

---

#### **EXPRESSIÓ: EL GEST I LA RELACIÓ**

Dv. de 17.30 a 19 h. 1 sessió. Data: 1 de desembre.

Preu: Gratuït.

A càrrec de Cia. MOVEO

Activitat intergeneracional. Treballarem d'una manera lúdica la relació entre les persones a través dels gestos, i veurem com aquesta relació ens dona eines per escoltar i confiar en el propi cos i en el de l'altre, així com per expressar estats emocionals, més enllà de les paraules. Cal portar roba còmoda.

---

#### **ORNAMENTS NADALENCES EN LLANA**

Dm. de 17.30 a 19.30 h. 1 sessió. Data: dimarts 19 de desembre.

Preu per unitat familiar: 10,65 € + 5€ per materials.

Impartit per Inma González

Adreçat a infants de més de 7 anys acompanyats d'una persona adulta.

Aprèn o perfecciona la tècnica de cardat de llana amb agulla. Un taller sensorial per gaudir en família utilitzant materials naturals i acolorits, creant figures senzilles i tendres inspirades en la pedagogia Waldorf.

---





#### **CONNEXIÓ CORPORAL I PLAER SEXUAL**

Dv. de 18.30 a 20.30 h. 1 sessió. Data: 20 d'octubre.

Preu: Gratuït

Impartit per Itsasne Gogara i Noe Bicha.

Aquest taller està adreçat a dones, trans i persones no binàries. A partir de jocs, dinàmiques de reflexió i activitats corporals continuarem sentint i aprofundint sobre el plaer sexual.

Vine a gaudir!

---

#### **RISOTERÀPIA PER A DONES**

Dv. de 18.30 a 20 h. 1 sessió. Data: 6 d'octubre

Preu: Gratuït

Impartit per Montse Galobardes.

Taller que té com a objectiu conèixer les possibilitats de les rialles i els beneficis que tenen sobre el propi cos. Deixarem de banda les preocupacions i els prejudicis per centrar-nos en nosaltres. Despertarem la capacitat de relaxar-nos, sentir i silenciar les nostres preocupacions i desconnectar de les preocupacions diàries, encara que només sigui per uns instants.

Cal portar roba còmoda.

---

## SERVEIS

---

---

### RACÓ DE BOOKCROSSING: LLIBRES EN XARXA

---

El Bookcrossing consisteix a deixar llibres en llocs públics per tal que altres persones els puguin agafar i gaudir de la seva lectura. Per tal d'afavorir aquest intercanvi lliure de llibres, La Xarxa Comunitària la Verneda Sant Martí té diversos racons al Centre Cívic Sant Martí on deixar i agafar aquells llibres que voleu compartir.

---

### CAFETERIA SANT MARTÍ

---

Un espai acollidor i on fer un bon mos! Vine a conèixer el nostre racó infantil.

Fem reserves per grups (aniversaris infantils, reunions, dinars, sopars...)

Horari dies laborables: de 9 a 20 h

Telèfon de contacte "La Rafi" 620 478 085

---

### PUNT INFO-JOVE

---

#### Punt InfoJOVE Sant Martí Antena Jove

Tots els dimarts de 15.30 a 20 h a la 3a planta del Centre Cívic.

Assessories per a joves.



---

### ESPAI HORTET CENTRE CÍVIC SANT MARTÍ

---

Al pati interior de l'edifici de Sant Martí trobaràs un racó amb taules de cultius. Hi trobaràs enciams, cebes, cols, bledes, herbes aromàtiques, i altres espècies segons temporada... Si t'agraden les plantes, t'interessa l'horticultura o simplement vols cuidar l'hortet, et convidem a participar en aquest espai verd. Per a més informació, contacta amb [dinamitzacio@ccsantmarti.net](mailto:dinamitzacio@ccsantmarti.net)





## ADREÇA

### CENTRE CÍVIC SANT MARTÍ

Selva de Mar, 215

Tel. 93 256 57 60

## HORARIS

De dilluns a divendres de 9 a 14 i de 16 a 22 h.

Dissabtes de 9 a 14 h.

## MÉS INFORMACIÓ

f @Centrecivicsantmarti

📧 @ccsantmarti

✉ informacio@ccsantmarti.net

🌐 barcelona.cat/ccsantmarti

## MAPA

M. L2: Bac de Roda, Sant Martí

Bus: H10, 33, V29, B24



**Districte de  
Sant Martí**

@Bcn\_SantMartí