

**Centre Cívic Vallvidrera
Vázquez Montalbán**

ACTIVITATS I TALLERS CULTURALS

De gener a març de 2024

Vallvidrera Vázquez Montalbán



Ajuntament de
Barcelona

Districte de
Sarrià-Sant Gervasi



| | |
|-----------------------------|----|
| TALLERS CULTURALS | 3 |
| HUMANITATS | 3 |
| EXPRESSIÓ I MOVIMENT | 3 |
| RECURSOS | 4 |
| SALUT I CREIXEMENT PERSONAL | 4 |
| GENT GRAN | 5 |
| DONA | 5 |
| INFANTS | 6 |
| JOVES | 6 |
| LA MUNTANYA RECOMANA | 6 |
| DIFUSIÓ CULTURAL | 7 |
| CICLES CULTURALS | 7 |
| CICLE CULTURA EN FEMENÍ | 7 |
| CICLE DE CONSUM RESPONSABLE | 8 |
| ACTIVITATS CULTURALS | 8 |
| EXPOSICIONS | 8 |
| MÚSICA | 9 |
| PASSEJADES | 10 |
| XERRADES | 11 |
| ACTIVITATS FAMILIARS | 12 |
| AULA AMBIENTAL | 13 |
| FEM BARRI | 15 |
| ÉS NADAL A VALLVIDRERA | 15 |
| ACTIVITATS OBERTES | 15 |
| GENT GRAN | 16 |
| SERVEIS | 16 |
| ESPAI INFANTIL | 16 |
| INFANTS | 20 |
| JOVES | 21 |
| ALTRES SERVEIS | 21 |
| CALENDARI | 22 |

TALLERS CULTURALS

INSCRIPCIONS

A partir de dilluns 11 de desembre, a les 16 h

Presencials al centre: de dilluns a divendres, de 16 a 21 h, i dimarts i dimecres de 10 a 14 h

En línia a ccvazquezmontalban.inscripcionscc.com

El pagament dels cursos es farà en el moment de la inscripció. El centre es reserva el dret de suspendre les activitats que no tinguin un nombre mínim de persones inscrites.

Reducció dels imports als cursos: informeu-vos-en al mateix centre.

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

N Taller NOU

HUMANITATS

PASSEJADES AMB HISTÒRIA. CASES D'ALGÚ HISTÒRIES DE L'HABITATGE

Dijous, de 17 a 19 h
Del 18 de gener al 22 de febrer (6 sessions)
Preu: 54,01 €

Com viuen els barcelonins i les barcelonines? A través de sis rutes temàtiques ens endinsarem en la història de l'habitatge de la ciutat. Visitarem des de palauets benestants fins als polígons de blocs de pisos, les cuines econòmiques i les habitacions per al servei.

Professor: Pere Cowley, guia cultural

OBJECTES AMB HISTÒRIA ANEM AL MUSEU

Dijous, de 17 a 19 h
Del 29 febrer al 21 de març (4 sessions)
Preu: 36,01 €

En aquest taller passejarem per quatre jaciments arqueològics locals per descobrir què tenen a veure un sesterci de bronze amb una xicra de xocolata, o un pic i una pala i un pastor grec que acaba servint nèctar als Déus de l'Olimp! Objectes a través dels quals explicarem històries fascinants de la ciutat.

*Més informació al web.

Professor: Pere Cowley, guia cultural

EXPRESSIÓ I MOVIMENT

FITNES BALLET

Dilluns, de 18 a 19 h
Del 22 de gener al 18 de març (9 sessions)
Preu: 40,51 €

Deixa't portar amb la dansa i coreografies expressives amb aquest innovador entrenament inspirat en tècniques de ballet. Combinarem música clàssica i contemporània per arribar a la part més fitness, per tonificar el cos, desenvolupar la flexibilitat i afavorir l'equilibri.

Professora: Mamen Garcia

ZUMBA FUSIÓ

Dimarts, de 20 a 21.15 h
Del 23 de gener al 19 de març (9 sessions)
Preu: 50,64 €

Expressa't a través del moviment amb una proposta de ball que fusiona estils com el funk, hip-hop, jive, club, jazz, salsa, balls llatins i, fins i tot, dansa del ventre, juntament amb patrons d'aeròbic fàcils de seguir!

Professora: a confirmar



TALLERS CULTURALS

RECURSOS

GUIARRA I UKELELE

Dilluns, de 18.30 a 20 h
Del 22 de gener a l'11 de
març (8 sessions)
A partir de 16 anys
Preu: 54,01 €

Treballarem els acords bàsics i fonamentals tot practicant diferents ritmes que ens permetin fer l'acompanyament de cançons. Aprendre el xifrat americà, ferem la lectura de tabulatures i situarem les notes de l'escala al braç de l'ukelele o guitarra.
Professor: Gastón Ceballos

TÈCNiques DE DIBUIX I PINTURA (II)

Dimarts, d'11.15 a 12.45 h
Del 23 de gener al 19 de
març (9 sessions)
Preu: 60,77 €

Introducció a la figura humana, ombra i volum, del blanc i negre al color

Aprendre i practicarem tècniques de dibuix, aprofundint en la representació de la figura i el cos humà a través de les tècniques tradicionals tot experimentant amb nous recursos i materials.
Professor: Ricardo Hermida

MILLORA LA TEVA WEB: SEO I SEGURETAT

Divendres 26 de gener, de
17.30 a 20.30 h (1 sessió)
Preu: 13,50 €

Si ja tens muntada la teva web, aprèn el que cal per posicionar-la a Google i quines son les tasques bàsiques de manteniment que has d'anar realitzant. També comentarem aspectes de seguretat com activar el certificat SSL, com fer còpies de segurerat, i donarem consells i recomenacions per poder millorar la teva pàgina web.
Professor: Jaime Rodríguez

EŞTAMPACIÓ BOTÀNICA TÈXTIL

Dijous, de 17 a 20 h
29 de febrer i 7 de març

(2 sessions)
Preu: 27,01€
Suplement per material: 8 €

Crearem estampats únics en tèxtil fent servir materials de la natura com flors, pells de fruita, llavors i fulles, en un procés totalment artesanal i natural. Podrem tenyir teles, peces de roba noves o personalitzar les nostres, donant-los una nova vida.
Professora: Maria Fertonani

AFECTACIÓ DELS CANVIS AMBIENTALS SOBRE LA VEGETACIÓ DE COLLSEROLA

Dissabtes, d'11 a 13 h
27 de gener, 10 i 24 de febrer
(3 sessions)
Preu: 27,01 €

Canvis ambientals de diversos tipus afecten la vegetació fins al punt de poder eliminar-la completament. El canvi climàtic n'és només un d'ells. En aquest taller tindrem l'oportunitat d'observar aquests canvis a Collserola.

Professor: Jordi Gimisó, biòleg i professor



SALUT I CREIXEMENT PERSONAL

HATHA – VINYASA IOGA

Dilluns, de 19.15 a 20.15 h
Del 22 de gener al 18 de
març (9 sessions)
Preu: 40,51 €

Mourem el cos al ritme de la respiració, combinant una pràctica de postures més intenses i dinàmiques amb altres àssanes que ens portin a instants de relaxació. Aprofundirem en la tècnica del ioga obtenint els màxims beneficis de l'hatha i vinyasa, tot alineant el cos i la ment.

Professora: Mamen Garcia

TALLERS CULTURALS

PILATES 90'

Dimarts, de 18.15 a 19.45 h
Del 30 de gener al 19 de
març (8 sessions)
Preu: 54,01 €

Sessió intensa d'entrenament que equilibra força i flexibilitat i desenvolupa el control postural, una beneficiosa activitat física i mental.

Professora: Natalia Canavosio



IOGUILATES

Dimecres, de 10.30 a 11.45 h
Del 31 de gener al 20 de
març (8 sessions)
Preu: 45,01 €

Enforteix i tonifica la musculatura corporal, especialment la zona abdominal, amb exercicis relaxants per millorar la flexibilitat i corregir els nostres hàbits posturals.

Professora: Natalia Canavosio

FITNES HIPOPRESSIU

Dimecres, de 20.15 a 21.15 h
Del 24 de gener al 20 de
març (9 sessions)
Preu: 40,51 €

Un entrenament específic per tonificar el cos, enfortir el sòl pelvià i millorar la musculatura estabilitzadora de la columna vertebral.

Professora: Nil Ortin

PILATES 60'

Dijous, de 20.15 a 21.15 h
De l'1 de febrer al 21 de
març (8 sessions)
Preu: 36,01 €

Mètode d'entrenament que equilibra força, flexibilitat i el control postural: una beneficiosa activitat física i mental.

Professor: Natalia Canavosio

GENT GRAN

IOGA PER A GENT GRAN

Dimarts, de 10.15 a 11.30 h
Del 30 de gener al 19 de
març (8 sessions)
Preu: 45,01 €

Amb moviments suaus i treballant la postura adaptada a l'edat, els beneficis físics que s'obtenen principalment amb la pràctica d'aquesta disciplina són: augment de la flexibilitat, millora de l'equilibri, manteniment de la massa muscular i millora de la respiració.

Professora: Natalia Canavosio

ACTIVA LA MEMÒRIA: RIEM I RECORDEM

N

Dimecres, de 12 a 13.15 h
Del 24 de gener al 20 de
març (7 sessions)
Preu: 39,39 €

Taller dirigit a persones que vulguin mantenir la seva ment activa per prevenir l'envelliment cerebral i afavorir les relacions socials. El taller s'estructura en una sèrie d'exercicis i jocs, on l'activitat i el riure ajudaran al manteniment de la memòria.

Professora: Inés Simarro



DONA

SÒL PELVIÀ

Dimecres, de 19 a 20 h
Del 24 de gener al 20 de
març (9 sessions)
Preu: 40,51 €

Coneixerem i prendrem consciència de la zona del sol pelvià i a través d'exercicis pràctics aprendrem a treballar aquesta musculatura, conjuntament amb la faixa abdominal, el diafragma i

la regió lumbar. En definitiva, tenir cura de la salut pelviana i perineal femenina, tan important en les diferents etapes de la vida.

Professor: Nil Ortin

INFANTS

KARATE-DO

Per a infants a partir de 5 anys
Divendres, de 17.15 a 18.45 h
Del 26 de gener al 15 de març (8 sessions)
Preu: 41,24 €

El Karate-Do és una disciplina marcial d'origen japonès que treballarem com una eina més en la formació dels nens i nenes. El practicarem de manera tradicional; això vol dir que la vessant de competició no la tractarem.

Professor: Alex Rivas, d'Acció Sant Martí



JOVES

COMMERCIAL DANCE

Per a joves partir de 10 anys N
Dijous, de 17.15 a 18.30 h
Del 25 de gener al 14 de març (8 sessions)
Preu: 45,01 €

Aprenderàs a ballar els estils que estan més de moda entre les estrelles del pop. Gaudiràs de la música a través de coreografies alegres i divertides en què la barreja dels diferents balls que trobem als videoclip farà que tu siguis protagonista!

Professora: Cristhian Castillo

ESCLTURA DIGITAL EN 3D

Per a infants i joves a partir de 9 anys N
Divendres de 17 a 19 h
Del 2 de febrer al 8 de març
Preu: 41,24 €

Aprendrem les tècniques inicials per esculpir personatges en 3D i coneixerem les nocions

bàsiques de modelat de figures simples (primitives), volums i Blender. Es partirà de les vistes 2D i es donarà dimensió posteriorment.

Professor: Jordi Ambrosio



LA MUNTANYA RECOMANA

En aquest apartat trobaràs tallers destacats del trimestre d'hivern del Centre Cívic l'Elèctric i el Casal de Barri Can Rectoret.

QUADERN NATURALISTA IL·LUSTRAT

Dimecres de 18 a 20 h
Del 17 de gener al 6 de març
Preu: 50,01 €
Suplement per material: 10 €

A través del dibuix i de l'aquarel·la crearàs el teu propi quadern naturalista i exercitaràs l'observació de la flora del nostre entorn més proper. Experimentaràs amb diferents papers i tècniques per crear la teva obra final.

Professora: Sol Arguindegui
Activitat del Casal de Barri Can Rectoret, inscripcions a:
<https://ajuntament.barcelona.cat/casalsdebarri/es/casal/casal-de-barri-can-rectoret>

GEOLOGIA. VOLCANS I NOUS OCEANS





Dimecres 24 i 31 de gener, de 17 a 18.30 h i sortida pràctica dissabte 10 de febrer de 10 a 13 h.
Preu: 24,05 €

Taller d'aproximació a la geologia centrat en el vulcanisme i la creació de nous oceans. No calen coneixements previs.

Professor: Eduard Bernadich, geòleg, divulgador i veí de la muntanya
Activitat del Centre Cívic L'Elèctric, inscripcions a:
<https://ajuntament.barcelona.cat/ccivics/lelectric>

DIFUSIÓ CULTURAL

Activitats gratuïtes amb inscripció prèvia a partir del dimecres 20 de desembre presencialment al centre o en línia a través de la pàgina web: ccvazquezmontalban.inscripcionscc.com.

-  **Cicle de Cultura en Femení.** Activitats incloses al voltant del Dia Internacional de les Dones, el 8 de març
-  **Cicle de Consum Responsable.** Activitats en motiu Dia Mundial de les Persones Consumidores i el Consum Responsable, el 15 de març
-  **Activitats ambientals.** Activitats d'informació i educació ambiental per fomentar la cultura de la sostenibilitat
-  **Activitats familiars.** Activitats gratuïtes adreçades a públic familiar

CICLES CULTURALS

CICLE CULTURA EN FEMENÍ



Amb motiu del Dia Internacional de les Dones, el 8 de març, celebrem aquest cicle cultural per destacar la dona en l'art, la cultura, la història i la societat en general, oferint a la vegada una mirada crítica als valors més patriarcals.

DRETS HUMANS DE LES DONES DE MIZQUE A TRAVÉS DE LA FOTOGRAFIA PARTICIPATIVA

Exposició

De l'1 al 29 de març
Inauguració: Divendres 1 de març, a les 18 h

A càrrec de la Fundació MUSOL (Vegeu descripció a l'apartat "Exposicions")

WHITEDEMON

Música

Divendres 1 de març, a les 20 h

Intèrprets: Elba Blanco, veus; Raquel Pizarro, guitarra; Carlos Cervilla, baix; Marc García, bateria. *Concert inclòs dins el Programa Música Z de l'Institut de Cultura de Barcelona.

(Vegeu descripció a l'apartat de "Música")



ELS DRETS SANITARIS EN L'EMBARÀS, EL PART I EL POSPART

Xerrada-taller

Dilluns 4 de març, a les 18 h

A càrrec de Marta Busquets, veïna de Vallvidrera i especialista en dret de gènere i salut. Activitat inclosa dins Cicle de Cultura en Femení (Vegeu descripció a l'apartat de "Xerrades")

BARCELONA EN FEMENÍ: DEL CARRER DEL CARME AL CARRER DE LES RAMELLERES

Passejada

Dimarts 12 de març, a les 10.30 h

A càrrec d'Elisenda Albertí, autora de Dones de Barcelona. Històries i llegendes barcelonines des del segle IV fins al XX (Vegeu descripció a l'apartat de "Passejades")



CICLE DE CONSUM RESPONSABLE



Amb motiu del Dia Mundial de les Persones Consumidores i el Consum Responsable, el 15 de març, oferim al llarg de tot el trimestre activitats per aprendre a canviar hàbits de consum, a tenir cura del medi ambient, esdevenir més creatius amb la reutilització dels recursos i posar en pràctica alternatives que afavoreixen la igualtat social.

INTERCANVI DE DISFRESSES



Activitat oberta

Del dilluns 22 de gener al dilluns 5 de febrer

(Vegeu descripció a l'apartat "Activitats familiars")

REDUEIX LA DESPESA A L'ESCALA

Activitat puntual

Dilluns 19 de febrer, a les 17 h

A càrrec de la Xarxa d'Equips Ambientals de Barcelona – XEAB

(Vegeu descripció a l'apartat "Aula Ambiental")

TIPS D'HIVERN: PLANTES SILVESTRES COMESTIBLES I MEDICINALS DE COLLSEROLA

Activitat puntual

Dijous 22 de febrer, a les 17.30 h

A càrrec de Carol Arroyo, del projecte Rebrotar (Vegeu descripció a l'apartat "Aula Ambiental")

SUPRARECIÇLATGE AMB RESIDUS PLÀSTICS

Visita guiada

Dimecres 14 de març, a les 17.30 h

A càrrec de l'Ateneu de Fabricació de la Fàbrica del Sol (Vegeu descripció a l'apartat "Passejades")

ACTIVITATS CULTURALS

EXPOSICIONS

EL PROJECTE DE COLLSEROLA VERDA

Del 2 al 29 de febrer
Inauguració: Divendres 2 de febrer, a les 18 h
Activitat paral·lela: Xerrada: "El projecte de Collserola Verda", Divendres 2 de febrer, a les 18.15 h

L'Associació Collserola Verda, fundada l'any 2016 per antics voluntaris del Parc de Collserola ens mostra, a través de la fotografia, el seu treball com a col·laboradors del Consorci del Parc de Collserola, que porten a terme diferents actuacions de voluntariat ambiental.

A càrrec de l'Associació Collserola Verda



DRETS HUMANS DE LES DONES DE MIZQUE A TRAVÉS DE LA FOTOGRAFIA PARTICIPATIVA



De l'1 al 29 de març
Inauguració: 1 de març, a les 18 h

El resultat d'aquesta mostra són les imatges fetes en el marc de les activitats de sensibilització del projecte cap a les dones de Mizque a Bolívia, atenent a l'impacte de la pandèmia COVID-19 sobre la violència per raó de gènere.

A càrrec de la Fundació MUSOL



MÚSICA

CONCERT DE REIS



Dijous 4 de gener, a les 19 h

La música ens transportarà a mons màgics i a terres llunyanes i emocionants amb les notes de Txaikovski, el ritme animat de Strauss. Les melodies ens captivaran les ments curioses i ens faran ballar tot celebrant l'arribada del patge reial.

A càrrec de l'Orquestra de Cambra de Vallvidrera



MÚSICA Z

Cicle musical de la Xarxa de Centres Cívics de Barcelona que apropa els coneixements de l'alumnat de les Escoles Superiors de Música Jam Session, ESMUC, Taller de Músics i Conservatori Superior de Música del Liceu en una experiència propera i compartida.

POTENZA QUARTET

Centre Superior de Música del Liceu

Divendres 26 de gener, a les 20 h

El Potenza Quartet neix com a resultat de la unió d'alumnes del Conservatori Superior Liceu, sota la tutela dels professors Corrado Bolsi i Gisela Curtolo. El seu repertori està enfocat en algunes de les obres més notables per a quartet de corda, procedents de compositors de renom com Beethoven, Xostakóvitx i Schubert.

Intèrprets: Dai Mar López, violí; Lluc Montmany, violí; Ainara Quijada, viola; Jorge Sierra, violoncel, totes elles persones becàries de la Fundació de Música Ferrer-Salat.



SESSIONS DE LIVE CODING

Escola Superior de Música de Catalunya (ESMUC)

Divendres 2 de febrer, a les 20 h

Les sessions de live coding són una pràctica artística d'obertura i exploració del codi, on es programen música i visuals en viu mentre el codi es projecta en pantalla. D'aquesta manera, la programació en directe es converteix en un esdeveniment festiu que es pot gaudir de forma col·lectiva.

Intèrprets: Estudiants del grau de Sonologia de l'ESMUC



TRIO FLAMENCO

Taller de Músics Escola Superior d'Estudis Musicals

Divendres 23 de febrer, a les 20 h

Dins de la història del Flamenco hi ha un gran llegat musical. Amb una formació de cante i dues guitarres, aquesta proposta de concert pedagògic, pretén apropar el Flamenco 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.

Intèrprets: Julen Armijo, guitarra; Delfina Machicote, guitarra; Eva Maria Sánchez, veu.



WHITEDEMON

Centre Superior de Música Jam Session



Divendres 1 de març, a les 20 h

Grup emergent de metall alternatiu que ofereix un show conceptual amb temes propis. Escoltareu cançons que passen per un estil proper al metall clàssic, com Metallica o Iron Maiden, però també viatjarem pel temps barrejant-ho amb conceptes més moderns inspirats en bandes com Lamb of God o Jinjer.

Intèrprets: Elba Blanco, veus; Raquel Pizarro, guitarra; Carlos Cervilla, baix; Marc García, bateria.

ELS JARDINS DE LES DELÍCIES

Visita als jardins del Grec i Laribal

Dilluns 22 de gener, a les 16 h

La muntanya de Montjuïc acull els primers roserars públics de la ciutat. Coneixerem i gaudirem de la diversitat botànica d'aquests jardins que formen part d'un dels grans pulmons verds de la ciutat: el Parc de Montjuïc.

A càrrec de la Xarxa d'Equipaments Ambientals de Barcelona - XEAB



CAMINADA PELS BOSCOS DE VALLVIDRERA



Dissabte 27 gener, a les 9.30 h

Des del Baixador de Vallvidrera i per l'ombrívol torrent de la Budellera, arribarem a la font. En aquest ambient aquàtic trobarem diferents espècies d'amfibis. En l'últim tram passarem sota la torre de Collserola tot caminant fins al coll de la Vinassa i fins a arribar al Casal de Barri Can Rectoret, on gaudirem de l'exposició fotogràfica "Viatge per la fauna i la flora de Collserola".

A càrrec de Rafa López Martín, biòleg, escriptor i divulgador científic

Activitat compartida amb el CB Can Rectoret i el CC l'Elèctric



LA TORRE NEGRA I ELS SEUS VOLTANTS

Diumenge 18 febrer, a les 9.30 h

Anirem des de l'estació de ferrocarrils de Sant Cugat del Vallès, al Pi d'en Xandri, un dels pins més vells de Catalunya i tot un símbol de resiliència ecològica i cultural de Sant Cugat. Després continuarem cap a la font de l'Ermetà i la font de Sant Vicenç. Tornarem per la Torre Negra on visitarem la masia romànica fortificada que data de l'any 1145. *A càrrec de Rafa López Martín, biòleg, escriptor i divulgador científic. Activitat compartida amb el CC l'Elèctric.*



EXCURSIÓ DES DE SANT FELIU A VALLVIDRERA, PER LA PENYA DEL MORO

Dissabte 9 març, a les 9.30 h

Sortim de la parada de rodalies de Sant Feliu de Llobregat i pugem al poblat ibèric de la Penya del Moro. Baixem i anem pujant per bosc fins a arribar a un camí que ens durà fins al coll de Can Cuiàs. Visitarem les fonts de Can Llevallol i de l'Espinagosa fins al pantà i el Baixador de Vallvidrera.

A càrrec de Rafa López Martín, biòleg, escriptor i divulgador científic. Activitat compartida amb el CC l'Elèctric



BARCELONA EN FEMENÍ: DEL CARRER DEL CARMÉ AL CARRER DE LES RAMELLERES



Dimarts 12 de març, a les 10.30 h

En aquest itinerari descobrirem les xocolateres Garriga, la dentista Marieta, la història d'una llevadora les dones de la Casa de Maternitat i Expòsits, entre moltes d'altres.

A càrrec d'Elisenda Albertí, autora de "Dones de Barcelona. Històries i llegendes barcelonines des del segle IV fins al XX" Activitat inclosa dins del Cicle de Cultura en Femení

SUPRARECICLATGE AMB RESIDUS PLÀSTICS



Dimecres 14 de març, a les 17.30 h

Visita guiada a un espai de fabricació centrat en el reciclatge i transformació de plàstic i

residus. Descobreix que és el suprarreciclatge i què pots fer amb residus plàstics. Porta els teus taps de plàstic i ho descobriràs!
A càrrec de l'Ateneu de Fabricació de la Fàbrica del Sol Activitat inclosa dins del Cicle de Consum Responsable

SEGUINT L'AIGUA



Dissabte 16 març, a les 11 h

Una passejada que ens mostra la importància de l'aigua com a element modelador del medi natural. Posarem en relleu elements de patrimoni construït vinculat a l'aigua, amb apunts històrics dels diferents usos i costums relacionats amb les fonts.

A càrrec de Montse Regueira, educadora ambiental, i en col·laboració amb el Centre d'Informació del CPNSC Amb motiu del Dia Mundial de l'Aigua, el 22 de març i dins del Cicle de l'Aigua de La XEAB (Xarxa d'Equipaments Ambientals de Barcelona)

XERRADES

ESPELEOLOGIA: EL MISTERIÓS MÓN SUBTERRANI



Dimecres 31 gener, a les 18 h

Si t'agrada passejar per la muntanya, potser et preguntaràs com és el món allà dins les coves i els avencs. Estalactites, estalagmites, i també rius, llacs, cascades, una fauna ben curiosa, i cristalls de diferents roques... Descobreix el món que hi ha sota els nostres peus!

A càrrec de Patrícia Rovira, biòloga, educadora ambiental i espeleòloga



EL PROJECTE COLLSEROLA VERDA

Divendres 2 febrer, a les 18 h

L'Associació Collserola Verda

presentarà el seu projecte dins del programa "Col·laborem amb el Parc" del Consorci i parlarà de les accions que duen a terme, tals com fer seguiment de repoblacions, manteniment d'espais fontinals, revisió i manteniment de senyalització d'itineraris, catalogació i manteniment de barraques de vinya, seguiment de plantes prioritàries, guiatge d'itineraris i altres tasques de suport puntuals.
A càrrec de l'Associació Collserola Verda

ACOMPANYAMENT DE RABIETES



Dimecres 7 febrer, a les 17 h

Parlarem de com acompanyem les rabiets o rebequeries dels nostres fills i filles, tenint en compte les seves necessitats i el seu malestar emocional en aquests moments.

A càrrec de M^a José Rot, d'Inimba Maternidad Amb la col·laboració de l'AFA Escola Nabí

ELS DRETS SANITARIS EN L'EMBARÀS, EL PART I EL POSPART



Xerrada-taller

Dilluns 4 de març, a les 18 h

Coneixes els teus drets sanitaris? Les usuàries quan interactuem amb el sistema de salut, tenim drets. En aquesta proposta facilitarem l'espai per parlar-ne, posant especial èmfasi en la salut amb perspectiva de gènere i de drets humans.

A càrrec de Marta Busquets, veïna de Vallvidrera i especialista en dret de gènere i salut
Activitat inclosa dins Cicle de Cultura en Femení

EL BOSC I ALTRES FORESTS. EL CAS DE COLLSEROLA



Dimarts 19 març, a les 18 h

El paisatge forestal català ha canviat molt en els darrers cent anys i, específicament, ho ha fet el de la Serra de Collserola. A quins conceptes bàsics cal atendre i què se'n pot concloure des de la perspectiva de la protecció del patrimoni natural?

A càrrec de Jordi Gimisó, biòleg i professor

Amb motiu del Dia Internacional dels Boscos, el 21 de març

ACTIVITATS FAMILIARS

BÚSTIA REIAL A COLLSEROLA

Del 18 de desembre al 4 de gener

S'acosta l'arribada dels Reis d'Orient, i com a acte indispensable farem l'entrega de les cartes amb els desitjos i regals que voldríem que ens portessin. Per tal d'entregar les cartes ens haurem d'apropar als diferents punts del barri de Vallvidrera on trobareu la bústia reial.

PATGE REIAL

Dijous 4 de gener, de 17.15 a 18.45 h

S'acosta l'arribada de la nit més màgica de l'any. Ja teniu un desig per aquest Nadal? El patge s'instal·larà al Centre Cívic durant unes hores per recollir totes les vostres cartes i amb elles, les vostres il·lusions.

INTERCANVI DE DISFRESSES



Activitat oberta

Del dilluns 22 de gener al dilluns 5 de febrer

Aquest Carnestoltes fem consum responsable a través de l'intercanvi de disfresses. Porteu les que ja no utilitzeu i n'obtindreu d'altres (tota la roba o accessori ha d'estar neta i en bon estat). *La recollida i l'intercanvi de disfresses es farà a la

recepció del Centre Cívic.
A càrrec de l'Espai Infantil del CC Vallvidrera

FEM SUPRARECICLATGE (UPCYCLING) AMB LONES



Taller puntual

Divendres 26 de gener, a les 16.45 h

Cal inscripció prèvia

A partir de lones crearem i decorarem les nostres pròpies bosses, tot fomentant la moda sostenible i la reutilització de materials per donar-los una altra vida.

A càrrec de l'Espai Infantil del CC Vallvidrera

Amb motiu del Dia Internacional de l'Educació Ambiental

RACONS DE DISBAUXA

Activitat puntual

Divendres 9 de febrer, a les 16.45 h

Cal inscripció prèvia

Gaudirem de diferents tallers divertits dinamitzats pels joves de l'Espai de Trobada Jove on acabarem de preparar-nos per a la rua de l'endemà.

A càrrec de l'Espai Infantil del CC Vallvidrera

CARNAVAL A LA MUNTANYA

Activitat oberta

Dissabte 10 febrer, a les 11 h

El Casal de Barri Can Rectoret, Centre Cívic l'Elèctric i Centre

Cívic Vallvidrera - Vázquez Montalbán, es retroben amb il·lusió i alegria per omplir els carrers de Vallvidrera de música, colors, disbauxa i rialles amb una rua de disfresses, esmorzar i un espectacle per als infants.

11 h: Punt de trobada per iniciar la rua a la plaça del Funicular (plaça Pep Ventura)

12 h: Esmorzar i espectacle d'animació a càrrec de Cia.

Xicana amb Anna Montserrat

XICANA

Espectacle familiar

Dissabte 10 febrer, a les 11 h
Cal inscripció prèvia

La Xicana és una pallassa que vol fer màgia, però sempre s'equivoca, ven la màgia quan no n'hi ha i quan hi ha màgia, de veritat s'equivoca. Un espectacle que combina el respecte, la tendresa i la innocència que diverteix als infants i a les seves famílies.

A càrrec d'Anna Montserrat de la Cia. Xicana

Activitat inclosa al Carnaval de la Muntanya, el dissabte 10 de febrer, a les 11 h



RETROBEM PECES SOLTES

Activitat puntual

Cal inscripció prèvia
Divendres 15 de març,
a les 17 h

Descobrirem les potencialitats dels materials quotidians a través del joc no estructurat. Porta els teus taps, llaunes, brics de llet, tubs de cartó, bobines de fil, elements de fusta, retalls de

tela, vetes, oueres, etc. Porta el que tinguis a casa entre el 13 de febre i el 15 de març.

A càrrec de l'Espai Infantil del CC Vallvidrera

CELEBREM EL DIA MUNDIAL DE L'AIGUA

Activitat oberta

Dissabte 16 de març, a partir de les 11 h

Amb motiu del Dia Mundial de l'Aigua, el 22 de març i dins del Cicle de l'Aigua de La XEAB (Xarxa d'Equipaments Ambientals de Barcelona) (Vegeu descripció a l'apartat "Aula Ambiental")

EQUINOCCI DE PRIMAVERA

Activitat oberta

Dimecres 20 de març, a les 16.45 h

Tots plegats donarem la benvinguda a la primavera amb joc i propostes relacionades amb aquesta nova estació que comença.

A càrrec de l'Espai Infantil del CC Vallvidrera

MULLA'T

Activitat puntual

Divendres 22 de març, a les 16.45 h
Cal inscripció prèvia

Joc familiar de gran format sobre cycle urbà de l'aigua. Aprendre quin és el nostre impacte en el cycle urbà de l'aigua per prendre consciència dels nostres actes.

A càrrec de l'Espai Infantil del CC Vallvidrera

Amb motiu del Dia Mundial de l'Aigua, el 22 març i dins del Cicle de l'Aigua de La XEAB (Xarxa d'Equipaments Ambientals de Barcelona)

AULA AMBIENTAL

X UN BON CLIMA: LA CRISI CLIMÀTICA I LES SEVES CONSEQÜÈNCIES A COLLSEROLA

Mini cicle de xerrades

Dimarts 13 i 20 de febrer,

de 18 a 20 h

Quines són les conseqüències de la crisi climàtica a Collserola i al nostre entorn? Parlarem i reflexionarem sobre què hem de saber, què podem fer i com hem d'observar el que passa amb el clima al metabolisme familiar de

la llar, al centre de treball i estudi, o al barri i al medi natural.
Professor: Jordi Bigues, periodista, ecologista i activista català

TALLER DE PINTURA TÈXTEL NATURAL

Activitat puntual
Dijous 15 febrer, a les 17 h

En aquest taller explorarem la creació de pintures tèxtils mitjançant l'ús de diverses fonts tintòries vegetals. Aprendre a elaborar extractes vegetals i a obtenir la textura ideal de la pintura per a diferents tipus d'aplicacions.

A càrrec de Maria Fertonani, veïna de Vallvidrera, dissenyadora creativa de moda i professora del centre cívic



REDUEIX LA DESPESA A L'ESCALA

Activitat puntual
Dilluns 19 febrer, a les 17 h

Quina tarifa d'electricitat he de tenir? Puc adaptar-la als horaris del meu negoci? Tinc un adequat sistema d'il·luminació adequat? Puc optimitzar l'ús d'algun aparell? El programa Carrega't d'energia t'ofereix un taller per a comerços i per esbrinar com pots optimitzar els consums.

A càrrec de la Xarxa d'Equipaments Ambientals de Barcelona - XEAB

SUGGERIMENTS D'HIVERN: PLANTES SILVESTRES COMESTIBLES I MEDICINALS DE COLLSEROLA

Activitat puntual
Dijous 22 de febrer, a les 17.30 h

Aprendrem a identificar aquelles

plantes que podem trobar durant l'hivern a Collserola i que ens serveixen per fer-hi receptes i remeis, tot aprofitant les seves propietats medicinals i nutritives. Elaborarem una sal medicinal o adob amb plantes silvestres.

A càrrec de Carol Arroyo, del projecte Rebrotar



CARREGA'T D'ENERGIA: AMB L'ENERGIA NO S'HI JUGA

Activitat puntual
Dimarts 5 de març, a les 17 h

He de donar-me d'alta de la llum i el gas quan llogo un pis? Què he de fer per abaixar l'import de les factures? El programa Carrega't d'energia t'ofereix un taller per conèixer alguns dels aspectes de més actualitat sobre l'energia i maneres d'incidir en la transició cap a la sobirania energètica.

A càrrec de la Xarxa d'Equipaments Ambientals de Barcelona - XEAB

Amb motiu del Dia Mundial de l'energia, el 14 de febrer

CELEBREM EL DIA MUNDIAL DE L'AIGUA

Matinal Ambiental
Dissabte 16 de març a partir de les 11 h

Els tres equipaments dels barris de muntanya i el Consorci del Parc Natural de la Serra de Collserola, us convidem a gaudir d'una jornada d'activitats per posar en valor la importància de l'aigua dolça i la gestió sostenible d'aquest bé comú. *Podreu consultar totes les activitats al web dels equipaments.

Coorganitza: el CC l'Elèctric, el CB Can Rectoret i el Consorci del Parc Natural de la Serra de Collserola

Amb motiu del Dia Mundial de l'Aigua, el 22 de març i dins del Cicle de l'Aigua de La XEAB (Xarxa d'Equipaments Ambientals de Barcelona)

RESILIÈNCIA DAVANT L'EMERGÈNCIA CLIMÀTICA

Dimarts 26 març, a les 17 h

Què és l'emergència climàtica? Quines son les conseqüències? Com hi puc fer front? El programa Carrega't d'energia t'ofereix, des del projecte Sun4all, un taller per encarar a l'emergència climàtica i com afrontar-ne les conseqüències.
A càrrec de la Xarxa d'Equipaments Ambientals de Barcelona - XEAB

FEM BARRI

ÉS NADAL A VALLVIDRERA

BÚSTIA REIAL A COLLSEROLA

Del 18 de desembre al 4 de gener

(Vegeu descripció de l'activitat a l'apartat "Activitats familiars")

PATGE REIAL

Dijous 4 gener, a les 17.15 h

(Vegeu descripció de l'activitat a l'apartat "Activitats familiars")

CONCERT DE REIS

Dijous 4 de gener, a les 19 h

A càrrec de l'Orquestra de Cambra de Vallvidrera
(Vegeu descripció a l'apartat "Música")

ACTIVITATS OBERTES

AULA OBERTA DE CREACIÓ

Dimarts, de 10.30 a 12.30 h
Del 23 de gener al 19 de març
Cal inscripció prèvia

Espai obert i gratuït on, guiats per una tallerista, podreu realitzar les vostres creacions: puntes de coixí i labors de retalls (*patchwork*), mentre gaudiu d'una bona tertúlia.
A càrrec de Fina Ramos

JUGUEM A BRIDGE ENTRE LLEBRENCS!

Dimarts, a partir del 9 de gener, de 17 a 19 h

T'agrada jugar a bridge? Ara pots venir al nou espai de trobada del Centre Cívic, on podràs passar una bona estona jugant al bridge amb els teus veïns i veïnes. Consulta al Cen-

tre Cívic informació sobre nivell o inscripcions, amb opció, per als més aficionats, de participar en un torneig al desembre!

CARNAVAL A LA MUNTANYA

Dissabte 10 febrer, a les 11 h

(Vegeu descripció a l'apartat d'"Activitats familiars")

CELEBREM EL DIA MUNDIAL DE L'AIGUA

Dissabte 16 de març, d'11 a 13.30 h

Amb motiu del Dia Mundial de l'Aigua, el 22 de març i dins del Cicle de l'Aigua de la Xarxa d'Equipaments Ambientals de Barcelona - XEAB
(Vegeu descripció a l'apartat "Aula Ambiental")

GENT GRAN

TROBADES DE GENT GRAN A VALLVIDRERA

Dimecres, a partir del 10 de gener de 17 a 19.30 h

El grup de gent gran es seguirà reunint a l'equipament de manera regular els dimecres per fer-hi activitats, xerrar i passar una bona estona. Si voleu participar-hi sol·liciteu més informació al centre cívic.

A càrrec de l'Associació de Gent Gran de Vallvidrera

XERRADES I TALLERS OBERTS PER A GENT GRAN

Cicle de xerrades destinat a treballar per un empoderament de les persones grans per tal d'afavorir-ne l'autonomia.

BON TRACTE: QÜESTIÓ DE DIGNITAT I DE DRET

Dimecres 6, 13, 20 i 27 de març, de 17.30 a 19 h

Fomentarem el bon tracte a la gent gran, i per tant per tal de fer desaparèixer el mal tracte cap aquest col·lectiu. Es farà des d'una perspectiva ètica i de drets, que sensibilitzi el conjunt de la societat fent cada cop més present que tractar bé a la gent gran és una qüestió que

ens compromet a tots i a totes. *En el marc del Programa de Gent Gran 2023 - Fundació Bancària "La Caixa"*

ALIMENTACIÓ SALUDABLE

Dimarts 19 març, a les 17 h

En aquesta activitat, s'exposen les bases per a una alimentació equilibrada i saludable especialment pensada per a persones grans i les seves necessitats. Es promou l'adquisició d'hàbits saludables i s'explica com podem manipular aliments de forma segura.

A càrrec del Servei de Tele-assistència Municipal i amb la col·laboració de l'Associació de Gent Gran de Vallvidrera

MANTENIR UNA LLAR SEGURA

Dimarts 26 març, a les 17 h

El Cos de Bombers de Barcelona, ens mostrarà quins són els possibles riscos a la llar i les mesures preventives i les actuacions a seguir en cas d'emergència. S'exposen el funcionament dels dispositius de seguretat a la llar del Servei de Teleassistència Municipal, com ara, detectors de fum/foc i de gas.

A càrrec del Servei de Tele-assistència Municipal i amb la col·laboració de l'Associació de Gent Gran de Vallvidrera

SERVEIS

ESPai INFANTIL

Servei amb inscripció prèvia trimestral:

1 dia/setmana: 14,75 € · 2 dies/setmana: 29,50 €

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

Inscripcions presencials: a partir de dilluns 18 de desembre, a les 16 h
De dilluns a divendres de 16 a 19 h

El pagament del servei de l'Espai Infantil es farà en el moment de la inscripció amb targeta. Reducció dels imports del Servei de l'Espai Infantil i documentació a presentar: informeu-vos-en al mateix centre o bé, a través del web.

*ESPai PER A FAMÍLIES (0-3 ANYS)

Dilluns i dimecres, de 16.45 a 19.30 h

Del 8 de gener al 20 de març (11 sessions per dia inscrit)

Espai de trobada i joc lliure pensat per a la petita infància i les seves famílies on es pot explorar, descobrir les possibilitats de l'espai i materials, tot afavorint el desenvolupament de relacions i vincles entre ells, amb els altres

infants i famílies.

Adreçat a infants entre 0 i 3 anys i a les seves famílies i els dimecres poden venir acompanyats dels germans i germanes grans.

PROPOSTES PUNTUALS

DESCOBRIM L'HIVERN

Dilluns 8 i dimecres 10 de gener, a les 16.45 h

Ens transportarem a l'hivern a partir d'un ambient típic de l'estació amb ampolles sensorials, ninots de neu i descobrirem les fruites i les verdures de temporada, entre d'altres.

TANTS CAPS, TANTS BARRETS

Dilluns 15 i dimecres 17 de gener, a les 16.45 h

Per celebrar el dia del barret, s'oferirà una proposta relacionada amb aquests complements: explorarem i jugarem amb diferents barrets, per donar-los una segona vida.

JUGUEM DEL REVÉS

Dilluns 22 i dimecres 24 de gener, a les 16.45 h

L'espai es capgirarà i, amb ell, totes les propostes i jocs. Explorarem l'espai des d'una altra perspectiva i gaudirem de propostes que potser encara no havíem descobert.

DESMUNTA'T

Dilluns 29 i dimecres 31 de gener, a les 16.45 h

Amb motiu del Dia Mundial dels Trencaclosques, aprofitarem diferents peces dels trencaclosques i peces per apilar, amb les quals es crearan diferents estructures i construccions.

TEMPS DE DISBAUXA

Dilluns 5 i dimecres 7 de febrer, a les 16.45 h

L'espai acollirà l'arribada del Carnestoltes amb diferents racons i tallers on la disbauxa i les disfresses seran les protagonistes, per començar a preparar-nos per la rua.

PARADETA DE MIGTEMPS

Dilluns 12 i dimecres 14 de febrer, a les 16.45 h

Aprofitarem els darrers dies de fred per guarnir l'espai amb racons i propostes relacionades amb aquest moment de l'any, com experimentar amb elements naturals de l'estació, descobrir la flora i les fruites d'entretemps...

JOC I MOVIMENT

Dilluns 19 i dimecres 21 de febrer, a les 16.45 h

L'espai s'omplirà de màrfe-gues per jugar, experimentar, descobrir i conèixer a partir del moviment i el cos.

VIATGEM AL POL NORD

Dilluns 26 i dimecres 28 de febrer, a les 16.45 h

Amb motiu del Dia Mundial de l'Os Polar, descobrirem, tot jugant, el Pol Nord, els seus habitants i el seu clima.

LES ARTESANES I ELS ARTESANS

Dilluns 4 i dimecres 6 de març, a les 16.45 h

Amb motiu del Dia Mundial de les Artesanes i els Artesans, es crearan racons per fer treballs manuals com bosses aromàtiques, estampació sobre tela o accessoris, tot convertint-nos en artesanes i artesans.

PECES SOLTES

Dilluns 11 i dimecres 13 de març, a les 16.45 h

Amb peces soltes reciclades crearem diferents objectes i ens sorprendrem veient les oportunitats que ens poden oferir materials que tothom té a casa i que normalment els destinem com a residus.

BENVINGUDA PRIMAVERA

Dilluns 18 març, a les 16.45 h

Per donar la benvinguda a la primavera, guarnirem l'espai amb elements característics d'aquesta estació, com flors i plantes aromàtiques, entre d'altres.

*ESPai INFANTIL (4-8 ANYS)

Dimarts i divendres, de 16.45 a 19.30 h
Del 9 de gener al 22 de març (11 sessions per dia inscrit)

Espai de joc lliure on els infants decideixen a què jugar, tot actuant segons els seus interessos i necessitats que els permeten descobrir i construir la seva realitat. En tot moment, estan acompanyats de dues professionals que observen, preparen i adequen l'espai i els materials i acompanyen des de l'afecte i la seguretat.

PROPOSTES PUNTUALS

DESCOBRIM L'HIVERN



Dimarts 9 i divendres 12 de gener, a les 16.45 h

Ens transportarem a l'hivern a partir d'un ambient típic de l'estació amb ampolles sensorials, ninots de neu i descobrirem les fruites i les verdures de temporada, entre d'altres.

ENS ENGANXEM



Dimarts 16 i divendres 19 de gener, a les 16.45 h

Amb motiu del Dia Mundial dels 'Stickers' hi haurà un racó per poder fer les nostres pròpies creacions i enganxar-les pertot arreu!

JUGUEM DEL REVÉS

Dimarts 23 gener, a les 16.45 h

L'espai es capgirarà i, amb ell, totes les propostes i jocs. Explorarem l'espai des d'una altra perspectiva i gaudirem de propostes que potser encara no havíem descobert.

DESMUNTA'T



Dimarts 30 de gener i divendres 2 de febrer, a les 16.45 h

Amb motiu del Dia Mundial dels Trencaclosques, aprofitarem diferents peces dels trencaclosques i peces per apilar, amb les quals es crearan diferents estructures i construccions.

TEMPS DE DISBAUXA

Dimarts 6 de febrer, a les 16.45 h

L'espai acollirà l'arribada del Carnestoltes amb diferents espais i tallers on la disbauxa i les disfresses seran les protagonistes, per començar a preparar-nos per la rua.

PARADETA DE MIGTEMPS

Dimarts 13 i divendres 16 de febrer, a les 16.45 h

Aprofitarem els darrers dies de fred per guarnir l'espai amb racons i propostes relacionades amb aquest moment de l'any, com experimentar amb elements naturals de l'estació, descobrir la flora i les fruites d'entretemps...

JOC I MOVIMENT

Dimarts 20 i divendres 23 de febrer, a les 16.45 h

L'espai s'omplirà de màrfeques per jugar, experimentar, descobrir i conèixer a partir del moviment i del cos.

VIATGEM AL POL NORD

Dimarts 27 febrer, a les 16.45 h

Amb motiu del Dia Mundial de l'Os Polar, descobrirem, tot jugant, el Pol Nord, els seus habitants i el seu clima.

LES ARTESANES I ELS ARTESANS



Divendres 1 i dimarts 5 de març, a les 16.45 h

Amb motiu del Dia Mundial de les Artesanes i els Artesans, es crearan diferents espais per fer treballs manuals com bosses aromàtiques, estampació sobre tela o accessoris, tot convertint-nos en artesanes i artesans.

DONA I IGUALTAT

Divendres 8 març, a les 16.45 h

L'espai oferirà diferents propostes amb motiu del Dia de la Dona, amb l'objectiu de conscienciar-nos de la importància de la igualtat de gènere.

PECES SOLTES



Dimarts 12 març, a les 16.45 h

Amb peces soltes reciclades crearem diferents objectes i ens sorprendrem veient les oportunitats que ens poden oferir materials que tothom té a casa i normalment els destinem com a residus.

COLORAINES

Dimarts 19 març, a les 16.45 h

Aprofitant el Dia Mundial dels Colors, el 21 de març, els infants experimentaran i amb la creació, la manipulació i la barreja dels colors i l'estampació, entre altres tècniques.

*FEM COLLA (9-12 ANYS)

Dijous, de 16.45 a 19.30 h
De l'11 de gener al 21 de març (11 sessions)

Espai lúdic i de relació per a infants entre 9 i 12 anys on, de la mà de dues dinamitzadores, podran compartir el seu temps d'oci, així com fem tallers, jocs i activitats adequades a les seves característiques i interessos.

PROPOSTES PUNTUALS

EL CAPGRÒS DE VALLVIDRERA



Dijous 11, 18, 25 de gener i dijous 1 i 8 de febrer, a les 16.45 h

Els infants podran idear i dissenyar el personatge cabut de Vallvidrera perquè aquest pugui passejar pels carrers de Vallvidrera i doni pas a la Rua de Carnestoltes de la muntanya.

PARADETA DE MIGTEMPS

Dijous 15 febrer, a les 16.45 h

Aprofitarem els darrers dies de fred per guarnir l'espai amb racons i propostes relacionades amb aquest moment de l'any.

JOC I MOVIMENT

Dijous 22 febrer, a les 16.45 h

L'espai s'omplirà de màrfegues

per jugar, experimentar, descobrir i conèixer a partir del moviment i el cos.

VIATGEM AL POL NORD

Dijous 29 febrer, a les 16.45 h

Amb motiu del Dia Mundial de l'Os Polar, descobrirem, tot jugant, el Pol Nord, els seus habitants i el seu clima.

LES ARTESANES I ELS ARTESANS



Dijous 7 març, a les 16.45 h

Amb motiu del Dia Mundial de les Artesanes i els Artesans, es crearan racons per fer treballs manuals com bosses aromàtiques, estampació sobre tela o accessoris, tot convertint-nos en artesanes i artesans.



PECES SOLTES



Dijous 14 març, a les 16.45 h

Amb peces soltes reciclades crearem diferents objectes i ens sorprendrem veient les oportunitats que ens poden oferir materials que tothom té a casa i normalment els destinem com a residus.

COLORAINES

Dijous 21 març, a les 16.45 h

Aprofitant el Dia Mundial dels Colors, el 21 de març, els infants experimentaran i amb la creació, la manipulació i la barreja dels colors i l'estampació, entre altres tècniques.

SERVEI DE CONSULTA

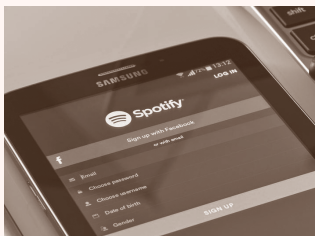
Necessites passar les fotos del mòbil a l'ordinador? Et perds a les xarxes socials? Vols crear-te un perfil a LinkedIn? Si tens aquests o altres dubtes sobre noves tecnologies, demana cita prèvia i t'ajudarem. També pots enviar un correu electrònic amb la consulta a multimedia@ccvazquezmontalban.com

TALLERS DIGITALS PER A GENT GRAN

ESCOLTA MÚSICA AL MÒBIL

Dimarts 23 de gener, a les 10.30 h

Crearem un compte gratuït de Spotify i crearem llistes de reproducció, i cercarem música. Cada alumne ha de portar el seu telèfon Android.



LA RÀDIO AL MÒBIL

Dimarts 20 de febrer, a les 10.30 h

Aprendrem a seguir les nostres emissores favorites de la ràdio mitjançant les seves apps, on trobem tots els programes en directe i emissions anteriors. Cada alumne ha de portar el seu telèfon Android.

COM MIRAR LA TELEVISIÓ EN LÍNIA

Dimarts 19 de març, a les 10.30 h

El canals de televisió, com 3Cat, han donat pas al món digital, amb la inclusió de nous contin-

ACTIVITATS PER A INFANTS

JUGUEM A ESCACS

Dimecres 21 de febrer, a les

guts dels que ofereixen als canals habituals. Cada alumne ha de portar el seu telèfon Android.

TALLERS DIGITALS

APPS DE FOTOGRAFIA I VÍDEO

Dijous 18 de gener, a les 18.30 h

Traurem totes les possibilitats a les càmeres del nostre mòbil amb diferents aplicacions gratuïtes, que ens permeten fer fotos i vídeos amb diferents efectes. Cada alumne ha de portar el seu telèfon Android.

INTRODUCCIÓ A LA INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL

Dijous 15 de febrer, a les 18.30 h

Ens endinsarem en la intel·ligència artificial de la mà de ChatGPT, DALL-E, Bard, PlaygroundAI, Midjourney o Copilot. Farem pràctiques amb les diferents IA i aprendrem a parlar amb elles.

L'ARXIU D'INTERNET

Dijous 14 de març, a les 18.30 h

Internet Archive és una extensa biblioteca de fitxers digitals a disposició del públic de manera gratuïta, on es poden trobar llibres, música, vídeos i més, tot d'ús lliure. Navegarem pel contingut i descarregarem els fitxers que més ens interessin.

16.45 h

Ens endinsarem en el meravellós món dels escacs, tot jugant amb els nostres amics. A partir de 9 anys.



TORNEIG DE JOCS DEL MÓN

Dimecres 6 de març, a les 16.45 h

Mitjançant diferents jocs d'altres

cultures, descobrirem noves formes d'apropar-se als jocs. Farem un petit torneig on provarem jocs com Alquerque, Surakarta o Lau Kata Kati. A partir de 9 anys.

EXPLORA L'ÀRTIC



Divendres 15 de març, a les 16.45 h
A partir de 9 anys

En companyia de la teva guineu, explora l'àrtic i viu aventures inspirades en un conte tradicional dels iñupiaq.

JOVES

ESPAI DE TROBADA JOVE

Divendres, a partir del 12 de gener de 16 a 21.30 h

El Centre Cívic ofereix un espai per a joves d'entre 11 i 16 anys on poder compartir amb els seus iguals tot socialitzant, generant noves experiències i construint un lloc propi dins del barri. *Per participar-hi es requereix l'autorització prèviament firmada dels tutors. Per a més informació escriu a ccvazquezmontalban@ccvazquezmontalba.com

COM ES POT VALIDAR INFORMACIÓ A LES XARXES SOCIALS

Dijous 8 de febrer, a les 18 h
A partir de 12 anys

Les xarxes socials estan plenes d'informació incompleta, inexacta o directament falsa. En aquest taller coneixerem eines per verificar la informació que

ens arriba.



TANGRAMS SOSTENIBLES

Ateneu de Fabricació de la Fàbrica del Sol
Taller de creació d'un tangram amb fabricació digital
Dimarts 13 de febrer, de 17 a 19 h

Aprendrem a classificar els residus plàstics, els transformarem amb la trituradora i els donarem una segona vida gràcies a la laminadora i la talladora làser. *A càrrec de la Xarxa d'Equipaments Ambientals de Barcelona – XEAB*
Amb motiu del Dia Internacional de la dona i la nena en la ciència, 11 de febrer

ALTRES SERVEIS

CESSIÓ I LLOGUER D'ESPAI

Consulteu-ne les condicions al web o al mateix centre.

QUIOSC DE TRÀMITS I SERVEIS

L'Ajuntament de Barcelona posa al teu abast aquest canal d'atenció per agilitzar la gestió





dels tràmits més freqüents, alhora que et facilita l'accés a la informació de la ciutat, dins del centre cívic.

INTERCANVI DE LLIBRES






El *bookcrossing* és una iniciativa oberta a tothom per intercanviar llibres, revistes i DVDs, amb l'objectiu d'apropar la lectura, el cinema i potenciar l'intercanvi al barri.

CALENDARI







GENER

| | | | |
|-------|---------|--|---|
| DJ 4 | 17.15 h | PATGE REIAL |  |
| DJ 4 | 19 h | CONCERT DE REIS AMB L'ORQUESTRA DE CAMBRA DE VALLVIDRERA |  |
| DL 22 | 16 h | PASSEJADA: ELS JARDINS DE LES DELÍCIES - GREC | |
| DV 26 | 20 h | CONCERT MÚSICA Z: POTENZA QUARTET | |
| DS 27 | 9.30 h | PASSEJADA: CAMINADA PELS BOSCOS DE VALLVIDRERA |  |
| DM 31 | 18h | XERRADA "ESPELEOLOGIA: EL MISTERIÓS MÓN SUBTERRANI" |  |

FEBRER

| | | | |
|-------------|---------|--|---|
| DEL 2 AL 29 | | EXPOSICIÓ: "EL PROJECTE COLLSEROLA VERDA" | |
| DV 2 | 18 h | INAUGURACIÓ EXPOSICIÓ I XERRADA: "EL PROJECTE DE COLLSEROLA VERDA" |  |
| DV 2 | 20 h | CONCERT MÚSICA Z: SESSIONS DE <i>LIVE CODING</i> | |
| DC 7 | 17 h | XERRADA "ACOMPANYAMENT DE RABIETES" |  |
| DS 10 | 11 h | CARNAVAL A LA MUNTANYA I ESPECTACLE FAMILIAR: XICANA |  |
| DM 13, 20 | 18 h | AULA AMBIENTAL: X UN BON CLIMA | |
| DJ 15 | 17 h | AULA AMBIENTAL: TALLER DE PINTURA TÈXTEL NATURAL |  |
| DG 18 | 9.30 h | PASSEJADA: LA TORRE NEGRA I ELS SEUS VOLTANTS | |
| DL 19 | 17 h | AULA AMBIENTAL: REDUEIX LA DESPESA A L'ESCALA | |
| DJ 22 | 17.30 h | AULA AMBIENTAL: TIPS D'HIVERN: PLANTES SILVESTRES COMESTIBLES I MEDICINALS DE COLLSEROLA |  |
| DV 23 | 20 h | CONCERT MÚSICA Z: TRIO FLAMENCO | |

MARÇ

| | | | |
|-------------------|---------|---|---|
| DE L'1 AL 29 | | EXPOSICIÓ: "DRETS HUMANS DE LES DONES DE MIZQUE A TRAVÉS DE LA FOTOGRAFIA PARTICIPATIVA" |  |
| DV 1 | 18 h | INAUGURACIÓ EXPOSICIÓ "DRETS HUMANS DE LES DONES DE MIZQUE A TRAVÉS DE LA FOTOGRAFIA PARTICIPATIVA" |  |
| DV 1 | 20 h | CONCERT MÚSICA Z: WHITEDEMON |  |
| DL 4 | 18 h | XERRADA - TALLER: ELS DRETS SANITARIS EN L'EMBARÀS, EL PART I EL POSPART |  |
| DM 5 | 17 h | AULA AMBIENTAL: CARREGA'T D'ENERGIA: AMB L'ENERGIA NO S'HI JUGA | |
| DC 6, 13, 20 I 27 | | TALLER PER A GENT GRAN: BON TRACTE: QÜESTIÓ DE DIGNITAT I DE DRET | |
| DS 9 | 9.30 h | PASSEJADA: EXCURSIÓ DES DE SANT FELIU A VALLVIDRERA, PER LA PENYA DEL MORO | |
| DM 12 | 10.30 h | PASSEJADA: BARCELONA EN FEMENÍ: DEL CARRER DEL CARME AL CARRER DE RAMELLERES |  |
| DC 14 | 17.30 h | PASSEJADA: SUPRARECICLATGE AMB RESIDUS PLÀSTICS |  |
| DS 16 | 11 h | PASSEJADA: SEGUINT L'AIGUA | |
| DS 16 | 11 h | CELEBREM EL DIA MUNDIAL DE L'AIGUA | |
| DM 19 | 17 h | XERRADA PER A GENT GRAN: ALIMENTACIÓ SALUDABLE | |
| DM 26 | 17 h | XERRADA PER A GENT GRAN: MANTENIR UNA LLAR SEGURA | |
| DM 19 | 18 h | XERRADA: EL BOSC I ALTRES FORESTS. EL CAS DE COLLSEROLA |  |
| DM 26 | 17 h | AULA AMBIENTAL: RESILIÈNCIA DAVANT L'EMERGÈNCIA CLIMÀTICA | |

CALENDARI ESPAI DIGITAL

GENER

| | | |
|-------|---------|------------------------------------|
| DJ 18 | 18.30 h | APPS DE FOTOGRAFIA I VÍDEO |
| DM 23 | 10.30 h | GENT GRAN: ESCOLTA MÚSICA AL MÒBIL |

FEBRER

| | | |
|-------|---------|--|
| DJ 15 | 18.30 h | INTRODUCCIÓ A LA INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL |
| DM 20 | 10.30 h | GENT GRAN: LA RÀDIO AL MÒBIL |
| DC 21 | 16.45 h | INFANTS: JUGUEM A ESCACS |

MARÇ

| | | |
|-------|---------|--|
| DC 6 | 16.45 h | INFANTS: TORNEIG DE JOCS DEL MÓN |
| DJ 14 | 18.30 h | L'ARXIU D'INTERNET |
| DM 19 | 10.30 h | GENT GRAN: COM MIRAR LA TELEVISIÓ EN LÍNIA |
| DV 15 | 16.45 h | INFANTS: EXPLORA L'ÀRTIC |

CALENDARI INFANTIL









GENER

| | | |
|----------------|--------------------------|---|
| 18 DES- 4 GEN | BÚSTIA REIAL |  |
| DJ 4 | 17.15 h | PATGE REIAL  |
| 8, 9, 10, 12 | 16.45 h | DESCOBRIM L'HIVERN |
| 11, 18, 25 | 16.45 h | EL CAPGRÒS DE VALLVIDRERA |
| 15, 17 | 16.45 h | TANTS CAPS, TANTS BARRETS |
| 16, 19 | 16.45 h | ENS ENGANXEM |
| 22, 23, 24 | 16.45 h | JUGUEM DEL REVÉS |
| 22 GEN - 5 FEB | INTERCANVI DE DISFRESSES |   |
| DV 26 | 16.45 h | FEM SUPRARECICLATGE (UPCYCLING) AMB LONES   |
| 29, 30, 31 | 16.45 h | DESMUNTAT |

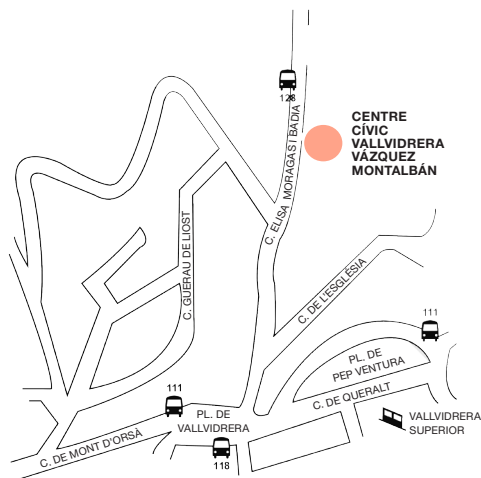
FEBRER

| | | |
|--------------------|---------|--|
| DJ 1 i 8 | 16.45 h | EL CAPGRÒS DE VALLVIDRERA |
| DV 2 | 16.45 h | DESMUNTAT |
| 5, 6, 7 | 16.45 h | TEMPS DE DISBAUXA |
| DV 9 | 16.45 h | RACONS DE DISBAUXA  |
| DS 10 | 11 h | CARNAVAL A LA MUNTANYA  |
| 12, 13, 14, 15, 16 | 16.45 h | PARADETA DE MIGTEMPS |
| 19, 20, 21, 22, 23 | 16.45 h | JOC I MOVIMENT |
| 26, 27, 28, 29 | 16.45 h | VIATGEM AL POL NORD |

MARÇ

| | | |
|----------------|---------|--|
| 1, 4, 5, 6, 7 | 16.45 h | LES ARTESANES I ELS ARTESANS |
| DV 8 | 16.45 h | DONA I IGUALTAT |
| 11, 12, 13, 14 | 16.45 h | PECES SOLTES |
| DV 15 | 16.45 h | RETROBEM PECES SOLTES   |
| DS 16 | 11 h | CELEBREM EL DIA MUNDIAL DE L'AIGUA   |
| DLL 18 | 16.45 h | BENVINGUDA PRIMAVERA |
| 19 i 21 | 16.45 h | COLORAINES |
| DC 20 | 16.45 h | EQUINOCCI DE PRIMAVERA   |
| DV 22 | 16.45 h | MULLA'T   |

MAPA



ADREÇA

c/ Elisa Moragas i Badia, 16- 34 08017 Barcelona

Telèfon: 934 06 90 53

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

ccvazquezmontalban@ccvazquezmontalban.com

Consulta el web per subscriure't al butlletí electrònic

 [centre.civic.vallvidrera.vazquez.montalban](https://www.facebook.com/centre.civic.vallvidrera.vazquez.montalban)

 @CCVallvidrera

 @cc_vallvidrera

 Canal: Centre Cívic Vallvidrera

 CC_Vallvidrera

 CCVallvidrera

  211, 128, 111 i 218

 S1, S2: Peu del Funicular

 Vallvidrera superior

HORARIS

De dilluns a divendres de 16 a 21.30 h

i els dimarts, dimecres i dissabtes de 10 a 14 h.

De conformitat amb el Reglament Europeu de Privacitat 679/2016 i la Llei Orgànica, us informem que les vostres dades personals s'incorporaran al fitxer de dades de Gestió i ús d'equipaments, locals i espais municipals del que és titular l'Ajuntament de Barcelona amb la finalitat de la gestió de les activitats i dels usuaris dels equipaments municipals. Podeu exercitar els drets d'accés, rectificació, cancel·lació i oposició, adreçant-vos per escrit al Registre General de l'Ajuntament: Pl. Sant Jaume 1, 08002 Barcelona, indicant clarament en l'assumpte Exercici de Dret RGPD.

L'encarregat de la gestió de les dades com a gestor del centre és Calaix de Cultura S.L. i el seu Delegat de Protecció de Dades és UNIVER IURIS S.L. (www.uneon.es). Calaix de Cultura c. Rambla Catalunya, 5, pral. 3a, 08007 de Barcelona. calaixdecultura@calaixdecultura.cat