

Centre Cívic Vallvidrera
Vázquez Montalbán

ACTIVITATS I TALLERS CULTURALS

De setembre a desembre de 2024

Vallvidrera Vázquez Montalbán



Ajuntament de
Barcelona

Districte de
Sarrià-Sant Gervasi

ÍNDEX

TALLERS CULTURALS	3
HUMANITATS	3
EXPRESSIÓ I MOVIMENT	3
RECURSOS	3
SALUT I CREIXEMENT PERSONAL	4
GENT GRAN	5
DONA	5
JOVES	5
MONOGRÀFICS	6
LA MUNTANYA RECOMANA	6
DIFUSIÓ CULTURAL	7
CICLE VALLVIDRERA PEL CLIMA	7
ACTIVITATS CULTURALS	7
EXPOSICIONS	7
MÚSICA	8
CINEMA	8
PASSEJADES	9
XERRADES	10
ACTIVITATS FAMILIARS	10
AULA AMBIENTAL	12
FEM BARRI	12
ACTIVITATS OBERTES	12
GENT GRAN	13
SERVEIS	14
ESPAI INFANTIL	14
ESPAI DIGITAL	18
JOVES	19
ALTRES SERVEIS	20
CALENDARIS	21

TALLERS CULTURALS

INSCRIPCIONS

A partir del dimecres 4 de setembre, a les 10 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.

N Taller NOU

HUMANITATS

PASSEJADES AMB HISTÒRIA: "EL MAR: MOLL I TRINXERA. SIS HISTÒRIES SOBRE LA RELACIÓ DE BARCELONA AMB EL MAR"

Dijous, de 17 a 19 h
Del 3 d'octubre al 7 de novembre (6 sessions)
Preu: 54,01 €

Coneixerem sis històries desconegudes i fascinants de la relació de Barcelona amb el mar.

Des dels adroguers i les peixateres del barri de la Ribera del segle XVII als immigrants que arriben a la Barceloneta per mar al segle XIX. Dels indians que feren fortuna a les Antilles als militars que enviaren milers de joves a lluitar per les colònies espanyoles.

Professor: Pere Cowley, guia cultural

EXPRESSIÓ I MOVIMENT

FITNES BALLE

Dilluns, de 18 a 19 h
Del 30 de setembre al 2 de desembre (10 sessions)
Preu: 45,01 €

Deixa't portar amb la dansa i les 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

Dijous, de 18.45 a 20 h
Del 3 d'octubre al 5 de desembre (10 sessions)
Preu: 56,27 €

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: Gellie Riu



RECURSOS

GUITARRA I UKELELE

Dilluns, de 18.45 a 20.15 h
Del 30 de setembre al 25 de novembre (9 sessions)
A partir de 16 anys
Preu: 60,77 €

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

Professor: Gastón Ceballos



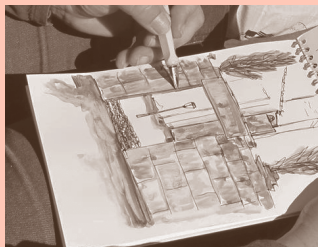
TALLERS CULTURALS

TÈCNiques DE DIBUIX I PINTURA

Dimarts, d'11 a 12.30 h
Del 8 d'octubre al 3 de
desembre (9 sessions)
Preu: 60,77 €

Aprendrem a través de diversos jocs i pràctiques aprofundint en la representació del rostre, la figura humana, la naturalesa i el paisatge. Utilitzarem tècniques com el llapis, el carbonet i la tinta. Jugarem i experimentarem amb aquests recursos i materials per aprendre a dibuixar millor o a perfeccionar el nostre estil. Apte per a tots els nivells.

Professor: Ricardo Hermida



SALUT I CREIXEMENT PERSONAL

HIPOPILATES

Dimarts, de 12 a 13 h
De l'1 d'octubre al 3 de
desembre (10 sessions)
Preu: 45,01 €

Combinarem exercicis actius de gimnàstica hipopressiva amb posicions i tècniques del mètode Pilates per millorar la postura corporal i evitar els problemes d'esquena, alhora que reforçarem i reduïrem el perímetre abdominal.

Professor: Nil Ortin

HATHA – VINYASA IOGA

Dilluns, de 19.15 a 20.15 h
Del 30 de setembre al 2 de
desembre (10 sessions)
Preu: 45,01 €

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 i obtindrem els màxims

beneficis de l'hatha i vinyasa, tot alineant el cos i la ment.

Professora: Mamen Garcia



PILATES 90'

Dimarts, de 18.15 a 19.45 h
De l'1 d'octubre al 3 de
desembre (10 sessions)
Preu: 67,52 €

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 2 d'octubre al 4 de
desembre (10 sessions)
Preu: 56,27 €

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 a 21 h
Del 2 d'octubre al 4 de
desembre (10 sessions)
Preu: 40,51 €

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

Professor: Nil Ortin

TALLERS CULTURALS

PILATES 60'

Dijous, de 20.15 a 21.15 h
Del 3 d'octubre al 5 de de-
sembre (10 sessions)
Preu: 45,01 €

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

Professor: Natalia Canavosio

GENT GRAN

GIMNÀSTICA SUAU

Dimarts, de 10 a 11.15 h
De l'1 d'octubre al 3 de de-
sembre (10 sessions)
Preu: 56,27 €

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

Professora: Ana Vera

ESTIMULA LA MEMÒRIA I EL CERVELL: RIEM I RECORDEM

Dimecres, d'11 a 12.15 h
Del 9 d'octubre al 4 de de-
sembre (9 sessions)
Preu: 50,64 €

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 2 d'octubre al 4 de de-
sembre (10 sessions)
Preu: 45,01 €

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, aprendrem a tenir cura de la salut pelviana i perineal femenina, tan important en les diferents etapes de la vida.

Professor: Nil Ortin

JOVES

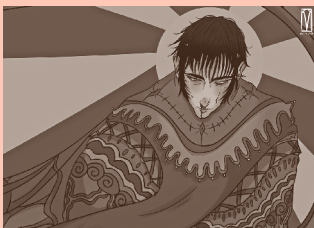
CREACIÓ DE PERSONATGES DE MANGA, CÒMIC I VIDEOJCS

Divendres de 17 a 18.30 h
De l'11 d'octubre al 22 de
novembre (6 sessions)
A partir de 12 anys

Vols crear el pròxim gran heroi o el malvat? Doncs aquí comença la teva aventura! Descobreix l'art de donar vida a personatges únics al taller de creació de personatges per a manga, còmic i videojocs. Converteix-te en un mangaka i aprèn a dissenyar el teu propi univers!

Preu: 30,93 €

Professor: Avril Viñeta



COMMERCIAL DANCE

Dijous, de 17.15 a 18.30 h
Del 3 d'octubre al 5 de de-
sembre (10 sessions)
A partir de 10 anys
Preu: 42,96 €

Aprenderàs a ballar els estils que estan més de moda entre les estrelles del pop. Gaudiràs de la

TALLERS CULTURALS

música a través de coreografies alegres i divertides en què la barreja dels diferents balls que trobem als videoclipis farà que tu en siguis protagonista!

Professora: Judit Bernabeu

MONOGRÀFICS

VISIÓ VEGETAL - VERSIÓ VALLVIDRERA

Dissabte 19 d'octubre,
de 10.30 a 12.30 h

Preu: 9 €

Treballarem amb espècimens reals de plantes per explorar els conceptes bàsics de la identificació de plantes i la il·lustració científica. D'aquesta manera, aprendrem una manera creativa de dibuixar la biodiversitat.

Professora: Emma Roulette



ZERO WASTE: PRODUCTES DE NETEJA PER A LA LLAR

Dimarts 26 de novembre,
de 17.30 a 19.30 h

Preu: 9 €

Suplement: 3,5 €

Aprendrem quins són els ingredients imprescindibles per elaborar els teus productes de neteja i combinar-los de manera segura. Farem productes respectuosos per a la teva salut i per al medi ambient i, a més, un dossier amb receptes que t'emportaràs a casa.

Professora: Noelia Narejo

LA MUNTANYA RECOMANA

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

DANSA I EXPRESSIÓ EMOCIONAL

Dimecres de 17.30 a 18.30 h
Del 2 d'octubre al 6 de
novembre
17,18 €

Amb la dansa expressem com ens sentim, i moure'ns d'una manera ens fa sentir coses concretes. Treballarem les emocions a través de la dansa, des de l'expressió natural de cadascú, en un espai segur, guiat i acompanyat on gaudir de la música i el moviment. Per a infants a partir de 4 anys.

Professora: Judit Bernabeu

Activitat del Casal de Barri Can Rectoret, inscripcions a:

<https://ajuntament.barcelona.cat/casalsdebarri/es/casal/casal-de-barri-can-rectoret>

CONVERSA EN ANGLÈS

Dilluns, de 18.30 h a 20 h del
7 d'octubre al 25 de novembre
(8 sessions)

Preu: 41,24 €

Taller de conversa en anglès amb l'objectiu de practicar i treure la por de parlar en anglès. Cal tenir coneixements previs (A2 mínim).

Professor: Vincent Bottomley

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 4 de setembre presencialment al Centre o en línia a través de la pàgina web: ccvazquezmontalban.inscripcionscc.com.



Activitats ambientals. Activitats d'informació i educació ambiental per fomentar la cultura de la sostenibilitat



Activitats familiars. Activitats gratuïtes adreçades a públic familiar



Activitats per a joves. Activitats gratuïtes adreçades a públic jove



Cicle Vallvidrera pel clima. Activitats gratuïtes adreçades a tothom



Festa Major. Activitats incloses a la programació de la Festa Major del barri de Vallvidrera del 6 al 15 de setembre

CICLES

VALLVIDRERA PEL CLIMA



Del 18 d'octubre a l'1 de desembre

Amb motiu del Dia Internacional Contra el Canvi Climàtic, el 24 d'octubre, per segon any consecutiu, aquesta tardor sumem esforços en la crida mundial que diu: <<Ni un grau més!>>. Ens aproximarem als diversos discursos ambientals actuals i reflexionarem sobre les necessitats col·lectives i individuals existents per al futur del planeta i de les persones.

ACTIVITATS CULTURALS

EXPOSICIONS

“MOSTRA DE CARTELLS DE FESTA MAJOR”

De l'1 al 15 de setembre



Veurem els treballs que han fet els infants durant el mes de juliol amb eines digitals tot desenvolupant les seves habilitats tècniques i creatives, per expressar la seva visió de la Festa Major de Vallvidrera i com podria ser un cartell per anunciar-ho a tot al barri.

Amb la col·laboració dels participants de l'Espai Digital del Centre Cívic

“ORNITHOS, 4 MIRADES FOTOGRAFÍQUES”

De l'1 al 27 d'octubre

La fotografia la podem utilitzar per captar la majestuositat, la vulnerabilitat dels paisatges i la vida silvestre. Es presenten quatre mirades fotogràfiques en que cada autor/a ens mostra el seu particular punt de vista vers la natura i ens convida a apro-

par-nos al món de les aus.

A càrrec de: Associació Qgat-Foto Activitat inclosa en el Festival de Literatura organitzat per la Biblioteca Collserola Josep-Miracle



“PLÀSTIC POETRY”



Del 4 al 30 de novembre
Inauguració: Dijous 7 de novembre, a les 17 h

Activitat paral·lela:

Activitat familiar

“PlasticArt for Future”

Dijous 7 novembre, 17.15 h

L'obra de l'artista mallorquina, neix del seu compromís amb la mar i el medi ambient. De manera bella i delicada ens mostra la colpidora realitat d'uns mars infectats de plàstics.

A càrrec de Caterina Vicens

MÚSICA

ELS PESCADORS DEL PANTÀ

Divendres 8 de setembre, a les 18.30 h

Vine a la popular cantada d'havaneres amb aquest grup d'artistes llebrencs que oferiran un repertori fresc d'ara i de sempre. Música i cremat per passar la tarda tot mirant el mar.

*Horaris subjecte a canvis, consultar al web

Intèrprets: German De la Riba, Joan Pujol, Sergi Boqué, entre d'altres, músics i veïns de Vallvidrera

Coorganitza: Grup de Gent Gran de Vallvidrera, Comissió de Festes de Vallvidrera i Centre Cívic Manuel Vázquez Montalbán



CANTEM NADALES

Divendres 20 de desembre, a les 18 h

Per celebrar l'arribada de Nadal, la coral Collserola Vallvidrera ens oferirà un repertori de Nadales tradicionals catalanes i d'arreu del món.

Directora: Assumpta Cribillers



CINEMA

CINEMA DE PROXIMITAT KM 0

Divendres 27 de setembre, a les 19 h

El Cinema Rústic de Vallvidrera presenta un resum de petites obres en el marc de les històries i llegendes de Vallvidrera, realitzades al llarg de l'any 2023 amb els següents títols: "La nena de la via" i "La nena de la via 2". També es projectarà el documental "Ca la Coloma 120 anys" en homenatge a l'antic i emblemàtic establiment el dia de la seva clausura.

A càrrec de Cinema Rústic de Vallvidrera



SUNCINE: FESTIVAL INTERNACIONAL DE CINEMA DEL MEDI AMBIENT

Divendres 15 de novembre, a les 18.30 h

De l'1 al 23 de novembre se celebra el Festival Internacional de Cinema del Medi Ambient. Enguany col·laborem amb projeccions on cinema i ciutadania es troben per prendre el pols al planeta amb els films més actuals de temàtica ambiental.

A càrrec de Suncine



PASSEJADES

LA JOIA DE LA CIUTADELLA

Visita a l'Hivernacle

Dijous 19 de setembre, a les 19 h



Parcs i Jardins us convida a fer un recorregut per descobrir aquest edifici d'alt valor patrimonial i natural que ha estat totalment rehabilitat per recuperar la seva imatge i funció històrica original com a espai d'acollida i divulgació d'una col·lecció botànica.

A càrrec de la Fàbrica del Sol

EXCURSIÓ PER COLLSE- ROLA, ENTRE MONTCADA I MUNDET

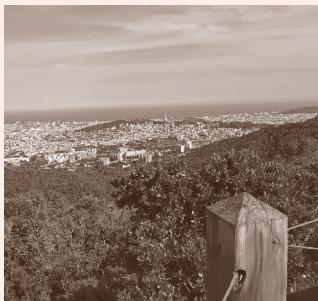


Dissabte 28 de setembre, a les 9.30 h

Des de Montcada i Reixac entrarem a la part boscosa de Collserola, passarem a tocar de l'ermita de Sant Iscle de les Feixes, les fonts de les Heures i la vella de Can Ferrer. Al turó de la Magarola, observarem la migració estacional d'ocells i a continuació descendirem per la part solana fins a arribar al metro de Mundet.

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

Activitat compartida amb el CC l'Elèctric



COLLSEROLA MODERNISTA

Diumenge 13 d'octubre, a les 9.30 h

De manera entretinguda i amena, descobrirem el patrimoni històrico-arquitectònic resultant del gran fenomen urbanístic que experimenta la serra de Collserola a la fi del segle XIX i principis del XX.

A càrrec de Bruno Laso Gálvez, arqueòleg i guia turístic.

Coorganitza: Consorci del Parc Natural de la Serra de Collserola i Centre Cívic Vallvidrera Manuel Vázquez Montalbán Amb motiu de les Jornades Europees de Patrimoni 2024, de l'11 al 13 d'octubre



ART, ESCRIPTURA I NATURA



Dissabte 26 d'octubre, a les 10.30 h

Una activitat completa que combina la contemplació i l'apreciació de la natura amb l'art visual i l'escriptura creativa, i que ofereix una experiència enriquidora i multidimensional.

A càrrec de l'Associació Animal Latitude

FLORA I VEGETACIÓ DE COLLSEROLA



Dissabte 16 de novembre, a les 10 h

Els conceptes de flora i vegetació tenen una clara relació entre ells. Aquesta sortida botànica ens permetrà entendre el perquè de la distribució de les espècies de plantes i les característiques d'algunes de les més habituals relacionades amb les comunitats vegetals de la serra de Collserola.

A càrrec de Jordi Gimisó, biòleg i professor

EXCURSIÓ ENTRE EL PA- PIOL I LA FLORESTA, EN- TRE CONREUS I BOSCOS

Dissabte 30 de novembre, a les 9.30 h

La primera part del recorregut transcorre per un terreny agrícola i boscos que ens durà a l'ermita romànica de la Salut. Poc després passarem per la masia Can Montmany (Cooperativa L'Ortiga) i els seus conreus. Aquest paisatge mosaic ens

acompanyarà fins a agafar el torrent de Can Llobet que ens durà a la Floresta a on acabarem el nostre recorregut.

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

Activitat compartida amb el CC l'Elèctric



XERRADES

EFFECTES DEL CANVI CLIMÀTIC EN ELS OCELLS MIGRADORS QUE TRAVESSEN LA MEDITERRÀNIA

Dijous 10 d'octubre, a les 18.30 h



S'hi exposaran els efectes del canvi climàtic en la migració d'ocells que travessen el nostre país rumb al sud a la tardor, o cap al nord, a la primavera. S'esmentaran els resultats d'un projecte de seguiment amb més de 30 anys, un dels estudis de biodiversitat més extensos que s'han fet a Catalunya.

A càrrec de Carles Barriocanal, doctor en Geografia per la Universitat de Barcelona, professor de la Universitat de Barcelona i membre de l'Institut Català d'Ornitologia.



LA INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL AL MÓN DE LA METEOROLOGIA



Dijous 14 de novembre, a les 18.30 h

Explorarem com la intel·ligència artificial està transformant el camp de la meteorologia, millorant les previsions del temps i oferint noves perspectives en l'estudi del clima i dels fenòmens extrems. Una mirada cap a les innovacions més recents i el seu impacte futur.

A càrrec de Raül Marcos Matamoros, doctor en Física per la Universitat de Barcelona i professor de Física de la Universitat de Barcelona



ACTIVITATS FAMILIARS

JOCS D'AVUI I DE SEMPRE

Tarda de jocs

Divendres 6 de setembre, a les 17.30 h



Ens acomiadem de l'estiu amb una divertida tarda en família, en la qual gaudirem de diferents jocs, aptes per a tots els gustos. La diversió, l'entreteniment i la xerxerola seran els protagonistes.

Amb tambors de diferents mides i petita percussió, farem música asseguts en cercle, tot vivint una experiència sensorial única i seguint l'instint propi i les directrius del conductor, situat enmig del cercle, que donarà forma i dirigirà la música que es generi in situ.

A càrrec de Pulsasons



DRUM CIRCLE

Taller musical

Divendres 13 de setembre, a les 17.30 h



CERCLE DE FAMÍLIES

Grup de suport familiar
Dijous 17 d'octubre, 14 de
novembre i 12 de desembre
De 17 a 18.30 h

(veure descripció a l'apartat "Fem barri")

A càrrec de M^a José Rot
d'Inimba Maternidad

CASTANYADA: PANELLETS I JOCS TERRORÍFICS

Activitat popular
Dijous 31 d'octubre, de
16.45 a 19.30 h

Celebrarem aquest dia tan especial amb dues propostes per als més menuts i menudes. Farem panellets per celebrar la tradicional festivitat catalana i, d'altra banda, els infants a partir de 9 anys podran jugar amb la proposta de l'Espai Digital del terrorífic joc de rol dins d'una misteriosa casa encantada.

Amb la col·laboració del Grup de Gent Gran de Vallvidrera

PLÀSTIC FOR A FUTURE

Taller artístic
Dijous 7 de novembre,
a les 17.15 h

Descobrirem i palparem quina és la realitat de les costes de tot el món, tot podent expressar el nostre sentir més pur davant d'aquestes i crear una petita obra d'art amb plàstics del Mediterrani a través de la qual prendrem consciència i ens sensibilitzarem vers el mar.

A càrrec de Caterina Vicens

FEM GARLANDES NADALENQUES

Dijous 21 de novembre,
de 16.45 a 19.30 h

Elaborarem garlandes per guarnir els racons de la nostra llar d'ambient nadalenc o tenir com obsequi hand made per a familiars i amistats.

A càrrec de Residència Mas Sauró

RIGOBERTA I EL WINDIGO

Espectacle familiar
Divendres 29 novembre,
a les 17 h

Coneixerem la història d'una comunitat indígena que perd el seu territori per la fam d'un monstre

golafre que només pensa en ell mateix: el Windigo. Però una nena i la seva àvia confrontaran la bèstia per descobrir-ne l'origen i recuperar la terra i els seus drets. Una llegenda indígena sobre medi ambient que ens empodera a canviar el món.

Una coproducció de Kali Teatre i Enginyeria Sense Fronteres



GUARNIM LA NOSTRA LLAR

Taller artístic
Dimecres 18 de desembre,
de 16.45 a 19.30 h

Ja és aquí l'època més màgica i esperada de l'any. Endolcirem aquesta espera creant adornaments i garlandes de Nadal amb diferents materials reciclats. Quin goig faran les nostres llars!

DESCOBRIM NOUS JOCS DE TAULA

Tarda de jocs
Dijous 19 de desembre,
de 16.45 a 19.30 h

Esteu preparats/des per gaudir en grup? Descobrirem diferents jocs de taula per a infants que fomenten la cooperació, la imaginació, la creativitat i la diversió. *Per a infants a partir d'1 any*

SOLSTICI D'HIVERN

Divendres 20 de desembre,
de 16.45 a 19.30 h

L'hivern truca a la porta...i donem la benvinguda a aquest solstici, que comença el dissabte 21 de desembre, amb diferents propostes ambientades en el clima, la fauna i la flora que li són propis.

LA NEU JA ÉS AQUÍ

Dilluns 23 de desembre,
de 16.45 a 19.30 h

En molts indrets, la neu és la protagonista d'aquesta estació freda. Per aquest motiu, l'Espai Infantil acollirà diverses propostes en què el paper retallat, presentat de diferents maneres, simularà la neu, permetrà als infants jugar, explorar, provar i investigar.

AULA AMBIENTAL

LA JOIA DE LA CIUTADELLA Visita a l'Hivernacle

**Dijous 19 de setembre,
a les 19 h**

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

ART, ESCRIPTURA I NATURA

**Passejada
Dissabte 26 d'octubre,
a les 10.30 h**

(vegeu descripció a l'apartat
"Passejades")
*A càrrec de l'Associació Animal
Latitude*

PLÀSTIC FOR A FUTURE

**Taller artístic
Dijous 7 de novembre,
a les 17.15 h**

(vegeu descripció a l'apartat
"Activitats familiars")
A càrrec de Caterina Vicens

CIRCULA LA ROBA

**Activitat d'intercanvi
Divendres 8 de novembre,
de 17 a 20 h**

(vegeu descripció a l'apartat
"Fem Barri")
*Coorganitza: Veïnes del barri
de Vallvidrera i Centre Cívic
Vallvidrera Manuel Vázquez
Montalbán*

FLORA I VEGETACIÓ DE COLLSEROLA

**Passejada
Dissabte 16 de novembre,
a les 10 h**

(vegeu descripció a l'apartat
"Passejades")
A càrrec de Jordi Gimisó

GUARNIM LA NOSTRA LLAR

**Taller artístic
Dimecres 18 de desembre,
de 16.45 a 19.30 h**

(vegeu descripció a l'apartat
"Activitats familiars")
*A càrrec de l'Espai Infantil del
Centre Cívic*

FEM BARRI

ACTIVITATS OBERTES

JUQUEM A BRIDGE ENTRE LLEBRENCS!

**Tarda de jocs
Dimarts, a partir del 3 de
setembre, 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 a bridge amb els
teus veïns i veïnes. Consulta
al Centre Cívic la informació
sobre nivell o inscripcions, amb
opció, per als més aficionats i
aficionades, de participar en un
torneig al desembre!

AULA OBERTA DE CREACIÓ

**Dimarts, de 10.30 a 12.30 h
Del 17 de setembre al 17 de
desembre**

Espai obert i gratuït on, guiats
per una tallerista, podreu
realitzar les vostres creacions:
puntes de coixí i labors de re-
talls (patchwork), mentre gaudiu
d'una bona tertúlia.

**Activitat amb inscripció prèvia
A càrrec de Fina Ramos*

CERCLE DE FAMÍLIES

**Grup de suport familiar
Dijous 17 d'octubre, 14 de
novembre i 12 de desembre,
de 17 a 18.30 h**

Espai d'acompanyament obert
per a famílies d'infants de 0 a 6
anys, on podràs compartir les
experiències, les vivències i les
emocions que van sorgint du-
rant les diferents etapes de la
criança. Es tractaran situacions
a partir de temes com la regula-

ció emocional de l'infant, i el sentiment de culpabilitat o la càrrega mental de les famílies.
**Activitat amb inscripció prèvia
 A càrrec de M^a José Rot d'Inim-
 ba Maternidad*

CIRCULA LA ROBA



Aula Ambiental
Divendres 8 de novembre,
de 17 a 20 h

Espai de segona mà on pots cercar allò que necessites i allargar l'ús de la vida tèxtil. Del 4 al 7 de novembre porta'ns les peces de roba que ja no utilitzes: aquestes han d'estar en bon estat i netes. Reserva't el 8 de novembre a les 17 h per venir al Centre Cívic i renova el teu armari! La roba sobrant es portarà a entitats que ho necessitin.

Coorganitza: Veïnes del barri de Vallvidrera i Centre Cívic Vallvidrera Manuel Vázquez Montalbán

FES EL TEU DOCUMENT DE VOLUNTATS ANTICIPADES

Dimarts 19 de novembre, a les 17.30 h

El document de voluntats

anticipades pot ajudar a fer que el procés de traspàs sigui serè per a la persona que mor i deixar un millor dol a les persones que queden. Reflexionarem per prendre decisions sobre aquest tema tan important i podrem sortir amb el DVA a punt per anar al CAP o a la notaria.

A càrrec de l'Associació Dret a Morir Dignament

**Activitat amb inscripció prèvia
 Activitat inclosa a les Jornades "No hi ha vida plena sense mort digna" de novembre de 2024*

ADONA'T

Activitat comunitària
Divendres 22 de novembre, a les 17 h

Enguany volem que el Dia Internacional per a l'Eliminació de la Violència contra la Dona, el 25 de novembre, tingui presència al barri i que els veïns i veïnes puguin participar-hi mitjançant un mural participatiu per als més menuts i menudes, micròfon obert de literatura, relats i poesies, espectacle de dansa i berenar. *Consulta tota la informació i horaris de les activitats al web.

Coorganitza: Biblioteca Collserola - Josep Miracle, CB Mercat Cultural i CC Vallvidrera

GENT GRAN

TROBADES DE GENT GRAN A VALLVIDRERA

Dimecres, a partir del 4 de setembre, de 17 a 19.30 h

El grup de gent gran es reuneix a l'equipament de manera regular els dimecres per fer-hi activitats, xerrar i passar una bona estona.

*Per participar sol·licita més informació al Centre Cívic.
A càrrec de l'Associació de Gent Gran de Vallvidrera

GESTIÓ DE LES EMOCIONS (I)

Xerrada - taller
Dimecres del 2 al 23 d'octubre, de 17 a 18.30 h

En aquest taller treballarem la detecció i gestió de les emocions per a la millora del benestar personal.

**Activitat amb inscripció prèvia
 A càrrec de la Creu Roja*

COM MILLORAR L'EQUILIBRI

Dimarts 22 d'octubre, a les 16.30 h

Taller teoricopràctic on treballarem exercicis d'equilibri de manera segura i correcta per dur un estil de vida saludable.

**Activitat amb inscripció prèvia
 A càrrec d'Eulàlia Bassas, fisioterapeuta d'Atenció Primària i Comunitària*



SERVEIS

ESPAI INFANTIL

Servei amb inscripció prèvia trimestral:

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

Inscripcions presencials al centre a partir de dilluns 9 de setembre 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. 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 16 de setembre a l'11 de desembre

PROPOSTES PUNTUALS

ARRÒS DE COLORS

Dilluns 16 i dimecres 18 de setembre, de 16.45 a 19.30 h

Amb colorants alimentaris naturals i arròs oferirem una proposta d'experimentació i sensorial.

CALIU DE TARDOR

Dilluns 23 i dimecres 25 de setembre, de 16.45 a 19.30 h

Celebrarem l'arribada de l'equinocci de tardor amb diverses propostes, protagonitzades pels seus elements més rellevants i així descobrirem com canvia Vallvidrera amb l'arribada d'aquesta estació.

BÈSTIES I BESTIOLES

Dilluns 30 de setembre i dimecres 2 d'octubre, de 16.45 a 19.30 h

Què tenen en comú una vaca, una gallina, un cavall i un porc? Tots viuen a la granja! Acollirem propostes que ens ajudaran a conèixer més aquests tipus d'animals, alhora que imaginem, juguem i creem.

Amb motiu del Dia Mundial dels Animals de Granja, el 2 d'octubre

COSMOS

Dilluns 7 i dimecres 9 d'octubre, de 16.45 a 19.30 h

L'espai de joc es convertirà en una nau que ens transportarà cap a l'espai! Aquest viatge ens

permetrà fer les primeres passes per conèixer què hi ha més enllà del nostre planeta.

Amb motiu de La Setmana Mundial de l'Espai, del 4 al 10 d'octubre

FULLATGE

Dilluns 14 i dimecres 16 d'octubre, de 16.45 a 19.30 h

La natura ens regala tota mena de fulles, especialment en aquesta època de l'any. Recollirem aquest fullatge per explorar, investigar i manipular les seves formes, textures i colors.

PUTXINEL·LIS

Dilluns 21 i dimecres 23 d'octubre, de 16.45 a 19.30 h

Els titelles ens permeten endinsar-nos en històries inventades i en mons desconeguts. Per fer-los un homenatge, convertirem l'espai de joc en un teatre, on els infants podran representar, jugar i experimentar amb titelles diferents.

TERANYINES

Dilluns 28 i dimecres 30 d'octubre, de 16.45 a 19.30 h

La taula d'experimentació es convertirà en una gran teranyina, per la qual unes petites aranyes aniran deixant rastres per tal que els infants experimentin, descobrixin i juguin.

LES RIQUESES DE LA NATURA

Dilluns 4 i dimecres 6 de novembre, de 16.45 a 19.30 h

Omplirem l'espai de joc d'oueres sota les quals s'amagaran tresors que trobem a la natura que haurem de descobrir, tocar, observar i investigar per comprendre la seva riquesa.

SENSACIONS I PERCEPCIONS

Dilluns 11 i dimecres 13 de novembre, de 16.45 a 19.30 h

Els nostres cinc sentits ens ajuden a conèixer el món que ens envolta. Per aquest motiu, dedicarem la tarda a potenciar les nostres sensacions i percepcions, a partir de racons centrats en els diferents sentits: vista, olfacte, tacte, gust i oïda.

RESIDUS O TRESORS?

Dilluns 18 i dimecres 20 de novembre, de 16.45 a 19.30 h

Cada any, una sola persona genera gairebé 500 kg de residus. Us convidem a prendre consciència d'aquest fet, tot aprenent a donar una segona vida útil i significativa a petits objectes que llencem diàriament. D'aquesta manera, evitarem l'acumulació innecessària al mateix temps que n'obtidrem nous tresors. Amb motiu de la Setmana Europea de la Reducció de Residus, del 16 al 24 de novembre

ENS ENCAPSEM

Dilluns 25 i dimecres 27 de novembre, de 16.45 a 19.30 h

Omplirem l'espai de joc amb capses de cartró de diferents mides i aparences, oferirem als infants la possibilitat d'amagar-se, descobrir, explorar i jugar.

MIRALL DE NIT

Dilluns 2 i dimecres 4 de desembre, de 16.45 a 19.30 h

Descobrirem la lluna i les seves fases a partir de l'observació, la investigació i l'experimentació amb retroprojector i ombres.

EXPLOREM L'HIVERN

Dilluns 9 i dimecres 11 de desembre, de 16.45 a 19.30 h

La sal, els éssers fantàstics i els elements de la natura seran els protagonistes a partir dels quals els infants podran descobrir, manipular i experimentar amb textures i materials diversos.

ESPAI INFANTIL (4-8 ANYS)

Dimarts i divendres,

**de 16.45 a 19.30 h
Del 17 de setembre al 17 de desembre**

PROPOSTES PUNTUALS

OBSCURITAT

Dimarts 17 i divendres 20 de setembre, de 16.45 a 19.30 h

Jugarem amb la llum i les ombres, tant corporalment com amb diferents titelles i siluetes.

DIA DE MAR

Dimarts 27 de setembre, de 16.45 a 19.30 h

Instal·lació ambientada en el mar, en la qual podrem conèixer, manipular i experimentar diferents elements de la mar, envoltats per una melodia oceànica.

PERCUSSIÓ

Dimarts 1 d'octubre, de 16.45 a 19.30 h

Amb diferents materials reciclats farem els nostres propis instruments, per fomentar la musicalitat, el ritme i la imaginació.

COSMOS

Divendres 4 i dimarts 8 d'octubre, de 16.45 a 19.30 h

L'espai de joc es convertirà en una nau que ens transportarà cap a l'espai! Aquest viatge ens permetrà fer les primeres passes per conèixer què hi ha més enllà del nostre planeta.

Amb motiu de La Setmana Mundial de l'Espai, del 4 al 10 d'oct.

PINZELLADES DE NATURESA

Divendres 11 d'octubre, de 16.45 a 19.30 h

Aprofitarem diferents elements de la natura com les fulles caigudes, l'argila, el fang i les pinyes per extraure'n els pigments. Deixarem anar la imaginació i, a partir d'aquests farem creacions artístiques.



MIRADA INTERNA

Dimarts 15 i divendres 18 d'octubre, de 16.45 a 19.30 h

A partir d'il·lustracions, pedres pintades i imatges, podrem conèixer com és el nostre meravellós cos humà per dins.

ARÀCNIDS I TERANYINES

Dimarts 22 d'octubre, de 16.45 a 19.30 h

Descobrirem unes criatures sorprenentment diverses i dignes d'admiració. Explorarem les teranyines i la creativitat dels aràcnids a l'hora de caçar, i investigarem a fons aquests artròpodes amb quatre parells de potes.

GUARNIM EL CENTRE

Divendres 25 d'octubre, de 16.45 a 19.30 h

La Castanyada gairebé ja ha arribat! Per aquesta festivitat tan especial, crearem diferents decoracions i ambientacions, pintarem fulles, crearem les nostres pròpies castanyes i farem petites escultures amb branques, entre d'altres, amb les quals guarnirem el Centre Cívic.

MIXINOS I MOIXAINES

Dimarts 29 d'octubre, de 16.45 a 19.30 h

Els infants descobriran diferents racons per investigar i conèixer les característiques dels gats i, un taller creatiu en el qual podran crear amb material reciclat diversos felins.

Amb motiu del Dia Internacional dels Gats, el 29 d'octubre

ENCANTALLS DE NATURESA

Dimarts 5 i divendres 8 de novembre, de 16.45 a 19.30 h

Aprofitant diferents elements caiguts de la naturalesa, l'espai acollirà un taller en el qual podrem aprofitar-los per a fer guarnicions, decoracions per al sostre, entre d'altres.

FLUCTUEM

Dimarts 12 i divendres 15 de novembre, de 16.45 a 19.30 h

Ens convertirem en científics i científiques per poder dur a terme diferents experiments, com fer entrar en erupció un volcà o treballar la densitat a partir de l'aigua i l'oli, amb els quals gaudirem, jugarem i aprendrem.

REVALORITZEM MATERIALS RECICLATS

Dimarts 19 de novembre, de 16.45 a 19.30 h

L'espai utilitzarà tota mena de materials reciclats per a donar-los una segona vida, i així evitar l'acumulació de residus innecessaris. Amb motiu de la Setmana Europea de la Reducció de Residus, del 18 al 26 de novembre

REVESTIM EL CENTRE

Divendres 22 de novembre, de 16.45 a 19.30 h

S'acosta Nadal i, enguany, entre tots i totes, engalanarem el Centre Cívic per sentir la màgia i l'ambient de les festes durant aquesta època màgica. Mostrarem les singularitats de diferents tradicions i cultures que les fan especials i úniques.

CAPSES I CAPSETES

Dimarts 26 de novembre, de 16.45 a 19.45 h

Descobrirem com amb les capsas de cartró els infants es divertiran d'allò més, explorant i manipulant els volums tot creant nous mons imaginaris i jocs.

TALLER DE DECORACIÓ NADALENCA

Dimarts 3 de desembre, de 16.45 a 19.30 h

Aprofitant tota mena de materials reciclats, els infants podran fer creacions sorprenents per tal de decorar la llar en aquestes setmanes tan màgiques.

MIRALL DE NIT

Dimarts 10 de desembre, de 16.45 a 19.30 h

Descobrirem la lluna i les seves fases a partir de l'observació, la investigació i l'experimentació amb retroprojector i ombres.

EXPLOREM L'HIVERN

**Divendres 13 i dimarts 17 de
desembre, de 16.45 a 19.30 h**

La sal, els éssers fantàstics i els elements de la natura seran els protagonistes a partir de les quals els infants podran descobrir, manipular i experimentar amb textures i materials diversos.

FEM COLLA (9-12 ANYS)

**Dijous, de 16.45 a 19.30 h
Del 19 de setembre al 12 de
desembre**

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 fer tallers, jocs i activitats adequades a les seves característiques i interessos.

PROPOSTES PUNTUALS

DIA DE MAR

**Dijous 19 de setembre,
de 16.45 a 19.30 h**

L'espai acollirà una instal·lació ambientada en el mar. Coneixrem, tocarem i experimentarem diferents elements de la mar, tot envoltant-nos per una melodia oceànica que ens endinsarà a les profunditats del mon marí, on trobarem la calma i alguns tresors.



EXPERIMENTEM?

**Dijous 26 de setembre,
de 16.45 a 19.30 h**

Ens convertirem en científics, fent diferents experiments com la densitat dels líquids, un volcà que entra en erupció, entre d'altres.

MOBILITZEM EL COS

**Dijous 3 d'octubre,
de 16.45 a 19.30 h**

Farem una sessió inspirada en el pedagog Bernard Acouturier, amb un ritual d'entrada, en què ensorrarem una gran muralla feta de caps de cartró; tot

seguit, jugarem a diversos jocs i tancarem la sessió posant en comú les sensacions i pensaments que plasmarem en un foli.

COSMOS

**Dijous 10 d'octubre,
de 16.45 a 19.30 h**

L'espai de joc es convertirà en una nau que ens transportarà cap a l'espai ultraterrestre, on podrem conèixer els cossos celestes com la Lluna i altres planetes. Amb motiu de La Setmana Mundial de l'Espai, del 4 al 10 d'oct.

PINZELLADES DE NATURESA

**Dijous 17 d'octubre,
de 16.45 a 19.30 h**

Aprofitant diferents recursos de la natura com les fulles caigudes, l'argila, el fang i les pinyes, n'extraurem els pigments per deixar anar la nostra imaginació i fer diferents creacions artístiques.

EMERGÈNCIA CLIMÀTICA

**Dijous 24 d'octubre,
de 16.45 a 19.30 h**

A través d'instruments de mesura, jocs de taula, figures d'animals, plantes, llibres i materials per fer ombres, podrem conèixer de manera lúdica alguns dels reptes que ens planteja el canvi climàtic.

CALENDARIS SOLIDARIS

**Dijous 14 de novembre,
de 16.45 a 19.30 h**

Crearem calendaris d'advent, que entregarem a persones amb diversitat funcional. Col·laborar solidàriament i empatitzar amb aquelles persones que viuen realitats diferents a les nostres, és una oportunitat per unir-nos. *A càrrec de l'Associació Ayuda a la Infancia sin Recursos (AIS)*

NADAL RECICLAT

**Dijous 28 de novembre,
de 16.45 a 19.30 h**

En aquesta època en què els residus a les nostres llars augmenten, tindrem l'oportunitat de crear elements decoratius a través de la reutilització de materials, tot descobrint la màgia del reciclatge.

MIRALL DE NIT

**Dijous 5 de desembre,
de 16.45 a 19.30 h**

Descobrirem la lluna i les seves fases a partir de l'observació, la investigació i l'experimentació amb retroprojector i ombres.

EXPLOREM L'HIVERN

**Dijous 12 de desembre,
de 16.45 a 19.30 h**

La sal, els éssers fantàstics i els elements de la natura seran els protagonistes a partir de la qual els infants podran descobrir, manipular i experimentar amb textures i materials diversos.

ESPAI DIGITAL

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

FEM UN ÀLBUM AMB LES FOTOS D'ESTIU

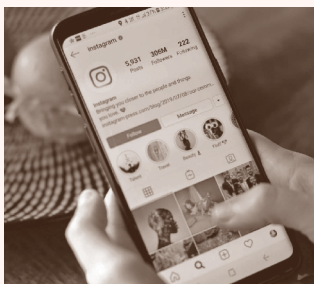
**Dimarts 1 d'octubre,
a les 10.30 h**

A través de pàgines web com Hoffman o Fotoprix farem un àlbum de fotos i, així, tindrem un record dels nostres viatges.

INICIA'T A INSTAGRAM

**Dimarts 5 de novembre,
a les 10.30 h**

Aquesta xarxa social es basa en les fotos. Amb Instagram podrem estar informats de les novetats de les associacions i empreses, seguir les activitats dels nostres familiars, compartir les nostres activitats amb fotos i vídeos, etc.



CONEIX WINDOWS 11

**Dimarts 10 de desembre,
a les 10.30 h**

Treballarem amb les funcions bàsiques d'aquesta nova versió de Windows, per no perdre'ns amb les seves novetats. És recomanable que cada alumne porti el seu ordinador.

TALLERS DIGITALS PER A TOTHOM

QUÈ SÓN LES LLICÈNCIES CREATIVE COMMONS?

Dijous 17 d'octubre, a les 18 h

Quan busquem imatges, àudio i vídeo sense drets d'autor, trobarem aquestes llicències, que ens permetem utilitzar el material amb certes restriccions. Coneixerem les diferents categories de llicències i com les podem emprar.

BANCS D'IMATGES GRATUÏTS I LEGALS

**Dijous 21 de novembre,
a les 18 h**

Quan volem utilitzar imatges per als nostres webs, ens trobem que les imatges tenen drets d'autor. Hi ha diversos bancs d'imatges que utilitzen diferents llicències gratuïtes, i que ens permet utilitzar les imatges.

COM PREPARAR EL MATERIAL PER A LA PÀGINA WEB

Dijous 12 de desembre, a les 18 h

Treballarem amb els diferents materials multimèdia que podem necessitar en una pàgina web (imatge vídeo i so) i aprendrem a preparar-ho per a la pàgina web.

ACTIVITATS PER A INFANTS

ELS SONS DE LA NATURA



Divendres 27 de setembre i 4 d'octubre, a les 16.45 h

Sortirem amb les tauletes a gravar els sons del bosc de Collserola. Després, treballarem els enregistraments a través dels ordinadors fent servir el programa Audacity.

A partir de 9 anys

Activitat inclosa en el Festival de Lliteratura organitzat per la Biblioteca Collserola
Josep - Miracle



JUQUEM AMB LA GRAVETAT



Dimecres 30 d'octubre, a les 16.45 h

Modificant la gravetat, avançarem per trencaclosques en un món d'espais impossibles. A partir de 9 anys

SALTA QUE SALTA



Divendres 8 i 29 de novembre, a les 16.45 h

Redescobrirem els jocs clàssics de saltar de plataforma en plataforma. Aconseguirem arribar fins al final?

A partir de 9 anys

RECICLEM AMB INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL



Dimecres 20 de novembre, a les 16.45 h

Utilitzarem diferents recursos per crear eines per lluitar contra el malbaratament i la generació de recursos: imatges, vídeos, textos, etc.

A partir de 9 anys

JOVES

FEM UN CURTMETRATGE

Divendres 11, 18 i 25 d'octubre, a les 16,45 h

Crearem un curt des del guió, la gravació i l'edició. El curt tractarà del canvi climàtic i Collserola. A partir de 12 anys.

de futur. Com podem treure suc de les nostres habilitats?

A partir de 12 anys

A càrrec de Ruben Rois Tortajada

VIDEOJOC I COM TREURE'N PROFIT

Divendres 18 d'octubre, a les 17.30 h

Els videojocs a part de ser un entreteniment, ens poden servir per moltes altres coses profitoses. Des de connectar amb gent amb les mateixes inquietuds que nosaltres, com trobar una sortida laboral, i oferir oportunitats

ESPAI DE TROBADA JOVE

Dimecres i divendres, a partir del 4 de setembre de 16 a 21.30 h

El Centre Cívic ofereix un espai per a joves d'entre 11 i 16 anys per 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/es. Per a més informació, escriu a ccvazquezmontalban@ccvazquezmontalban.com

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
















SETEMBRE

DE L'1 AL 15		MOSTRA DE CARTELLS DE FESTA MAJOR	
DG 8	18.30 h	MÚSICA: ELS PESCADORS DEL PANTÀ	
DJ 19	19 h	PASSEJADA: LA JOIA DE LA CIUTADELLA	
DV 27	19 h	CINEMA DE PROXIMITAT KM 0	
DS 28	9.30 h	EXCURSIÓ PER COLLSEROLA, ENTRE MONTCADA I MUNDET	

OCTUBRE

DE L'1 AL 27		EXPOSICIÓ: "ORNITHOS, 4 MIRADES FOTOGRÀFIQUES"	
DC 2, 9, 16 i 23 a les 17 h		XERRADA: GESTIÓ DE LES EMOCIONS	
DJ 10	18.30 h	XERRADA: EFECTES DEL CANVI CLIMÀTIC EN ELS OCELLS MIGRADORS QUE TRAVESSEN LA MEDITERRÀNIA	 
DV 11, 18 i 25 a les 16.45 h		JOVES: FEM UN CURTMETRATGE	
DG 13	9.30 h	PASSEJADA: COLLSEROLA MODERNISTA	
DJ 17	17 h	CERCLE DE FAMÍLIES: LA REGULACIÓ EMOCIONAL DE L'INFANT	
DV 18	17.30 h	JOVES: VIDEOJOCS I COM TREURE'N PROFIT	
DM 22	16.30 h	TALLER PER A GENT GRAN: COM MILLORAR L'EQUILIBRI	
DS 26	10.30 h	PASSEJADA: ART, ESCRITURA I NATURA	

NOVEMBRE

DEL 4 AL 30		EXPOSICIÓ: "PLÀSTIC POETRY"	 
DJ 7	17 h	INAUGURACIÓ EXPOSICIÓ: "PLÀSTIC POETRY"	 
DJ 7	17.15 h	TALLER CREATIU: PLASTIC ART FOR FUTURE	  
DV 8	17 h	CIRCULA LA ROBA	
DJ 14	17 h	CERCLE DE FAMÍLIES: EL SENTIMENT DE CULPABILITAT DE LES FAMÍLIES	
DJ 14	18.30 h	XERRADA: LA INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL AL MÓN DE LA METEOROLOGIA	 
DV 15	18.30 h	CINEMA: SUNCINE: FESTIVAL INTERNACIONAL DE CINEMA DE MEDI AMBIENT	
DS 16	10 h	PASSEJADA: FLORA I VEGETACIÓ DE COLLSEROLA	
DM 19	17.30 h	TALLER: FES EL TEU DOCUMENT DE VOLUNTATS ANTICIPADES	
DV 22	17 h	ACTIVITAT COMUNITÀRIA: ADONA'T	
DV 29	17 h	ESPECTACLE FAMILIAR: RIGOBERTA I EL WINDIGO	 
DS 30	9.30 h	EXCURSIÓ: ENTRE EL PAPIOL I LA FLORESTA, ENTRE CONREUS I BOSCOS	

DESEMBRE

DJ 12	17 h	CERCLE DE FAMÍLIES: LA CÀRREGA MENTAL DE LES FAMÍLIES	
DV 20	18 h	MÚSICA: CANTEM NADALES - CONCERT DE NADAL	

CALENDARI ESPAI DIGITAL

SETEMBRE

DV 26 16.45 h ELS SONS DE LA NATURA



OCTUBRE

DM 1 10.30 h GENT GRAN: FEM UN ÀLBUM AMB LES FOTOS DE L'ESTIU

DV 4 16.45 h ELS SONS DE LA NATURA



DJ 17 18 h QUÈ SÓN LES L·LICÈNCIES CREATIVE COMMONS

DC 30 16.45 h INFANTS: JUGA AMB LA GRAVETAT



NOVEMBRE

DM 5 10.30 h GENT GRAN: INICIA'T A INSTAGRAM

DJ 21 18 h BANCS D'IMATGES GRATUÏTS I LEGALS

DV 8 i 29 16.45 h INFANTS: SALTA QUE SALTA



DC 20 16.45 h INFANTS: RECICLEM AMB INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL



DESEMBRE

DM 10 10.30 h GENT GRAN: CONEIX WINDOWS 11

DJ 12 18 h COM PREPARAR EL MATERIAL PEL WEB

CALENDARI INFANTIL

SETEMBRE

DV 6	16.45 h	JOCS D'AVUI I DE SEMPRE	
DV 13	17.30 h	DRUM CIRCLE	
DLL 16 i DC 18	16.45 h	ARRÒS DE COLORS	
DM 17 i DV 20	16.45 h	OBSCURITAT	
DJ 19 i DM 27	16.45 h	DIA DE MAR	
DLL 23 i DC 25	16.45 h	CALIU DE TARDOR	
DJ 26	16.45 h	EXPERIMENTEM?	
DLL 30	16.45 h:	BÈSTIES I BESTIOLES	

OCTUBRE

DM 1	16.45 h	PERCUSSIÓ	
DC 2	16.45 h	BÈSTIES I BESTIOLES	
DJ 3	16.45 h	MOBILITZEM EL COS	
4, 7, 8, 9 i 10	16.45 h	COSMOS	
DV 11 i DJ 17	16.45 h	PINZELLADES DE NATURALES	
DLL 14 i DC 16	16.45 h	FULLATGE	
DM 15 i DV 18	16.45 h	MIRADA INTERNA	
DJ 17	17 h	CERCLE DE FAMÍLIES: LA REGULACIÓ EMOCIONAL DE L'INFANT	
DLL 21 i DC 23	16.45 h	PUTXINEL·LIS	
DM 22	16.45 h	ARÀCNIDS I TERANYINES	
DJ 24	16.45 h	EMERGÈNCIA CLIMÀTICA	
DV 25	16.45 h	GUARNIM EL CENTRE	
DLL 28 i DC 30	16.45 h	TERANYINES	
DM 29	16.45 h	MIXINOS I MOIXAINES	
DJ 31	16.45 h	CASTANYADA: PANELLETS I JOCS TERRORÍFICS	

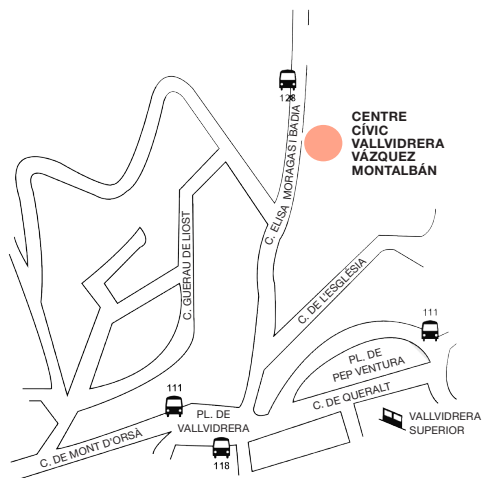
NOVEMBRE

DLL 4 i DC 6	16.45 h	RIQUESES DE LA NATURA	
DM 5 i DV 8	16.45 h	ENCANTALLS DE LA NATURALES	
DJ 7	17.15 h	TALLER ARTÍSTIC PLÀSTIC FOR A FUTURE	
DLL 11 i DC 13	16.45 h	SENSACIONS I PERCEPCIONS	
DM 12 i DV 15	16.45 h	FLUCTUEM	
DJ 14	16.45 h	CALENDARIS SOLIDARIS	
DJ 14	17 h	CERCLE DE FAMÍLIES: EL SENTIMENT DE CULPABILITAT DE LES FAMÍLIES	
DLL 18 i DC 20	16.45 h	RESIDUS O TRESORS?	
DM 19	16.45 h	REVALORITZEM MATERIALS RECICLATS	
DJ 21	16.45 h	FEM GARLANDES NADALENQUES	
DV 22	16.45 h	REVESTIM EL CENTRE	
DLL 25 i DC 27	16.45 h	ENS ENCAPSEM	
DM 26	16.45 h	CAPSES I CAPSETES	
DJ 28	16.45 h	NADAL RECICLAT	
DV 29	17 h	ESPECTACLE FAMILIAR: RIGOBERTA I EL WINDIGO	

DESEMBRE

2, 4, 5 i 10	16.45 h	MIRALL DE NIT	
DM 3	16.45 h	TALLER DE DECORACIÓ NADALENCA	
9, 11, 12, 13 i 17	16.45 h	EXPLOREM L'HIVERN	
DJ 12	17 h	CERCLE DE FAMÍLIES: LA CÀRREGA MENTAL DE LES FAMÍLIES	
DC 18	16.45 h	GUARNIM LA NOSTRA LLAR	
DJ 19	16.45 h	DESCOBRIM NOUS JOCS DE TAULA	
DV 20	16.45 h	SOLSTICI D'HIVERN	
DLL 23	16.45 h	LA NEU JA ÉS AQUÍ	

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