

سیوک سنٹر ترینیتات پیٹیا

ورکشاپس اور
سرگرمیوں کی سہ ماہی
پروگرامنگ

جنوری - مارچ 2025



Ajuntament de
Barcelona

Districte de
Sant Andreu

ورکشاپس سیوک سنٹر ترینیتات بیئیا

ادائیگی: داخلے کے لئے نام درج کروانے وقت کارڈ کے ذریعے فیس کی واحد ادائیگی کی جائے گی۔

مخصوص کیسز میں ورکشاپ کینسل ہونے کی صورت میں رقم واپس کی جائے گی۔
ڈسکاؤنٹس:

بے روزگار افراد کے لئے: 50% ڈسکاؤنٹ

معذور افراد کے لئے:

30% ڈسکاؤنٹ: 33% تا 64% معذوری رکھنے والے افراد کے لئے۔

50% ڈسکاؤنٹ: 65% تا 74% معذوری رکھنے والے افراد کے لئے۔

75% ڈسکاؤنٹ: 75% سے زائد معذوری رکھنے والے افراد کے لئے۔

ورکشاپس کا آغاز: 13 جنوری کے ہفتے کو

ورکشاپس کا اختتام: 28 مارچ کے ہفتے کو

داخلہ: 9 دسمبر سے

داخلے کی رسائی:



مزید معلومات کے لئے: ccivics.bcn.cat/trinitatvella ویب پیج یا سینوک سنٹر جائیں

(پتا: 36 Foradada, C/)

مندرجہ ذیل قیمتیں بارسلونا کی بلدیاتی حکومت کے اجلاس میں ابھی پاس نہیں کی گئی ہیں۔

فیملی ورکشاپس

فیملی ورکشاپس میں داخلے کے ساتھ ایک بالغ اور ایک بچہ ایک ساتھ حصہ لے سکتے ہیں۔

فیملی کے سنگ موسیقی (2 سے 5 سال عمر تک)

جمعرات، 17 سے 18 بجے تک
قیمت: €23,03 (11 سیشنز)

سربراہی: ایلپسایت ہارون

2 سے 5 سال کے بچوں کی فیملیوں کے لئے

'فیملی کے سنگ موسیقی' ایک ایسی اسپیس ہے جہاں بچے اور ان کی فیملیاں گیتوں، رقص اور ریتمز سے لطف اندوز ہونے کے ساتھ ساتھ پانچوں حسوں کو بہتر بنا سکتے ہیں۔



بچوں کے لئے ورکشاپس

سرکس کی دُنیا - ایکسٹرا! ایکسٹرا!
(8 سے 12 سال عمر تک)

جمعرات، 17:30 سے 18:30 بجے تک
15/01/2025 سے 26/03/2025 تاریخ تک

سربراہی: مارتا پانکوربو

یہ سرگرمی Pla de Barris کی آرٹسٹک، سائنسی اور ٹیکنالوجیکل سرگرمیوں کے پروگرام 'ایکسٹرا! ایکسٹرا!' کا حصہ ہے۔

بچے سرکس کی دُنیا کو جاننے کے ساتھ ساتھ جسمانی ورزش کریں گے اور پُر لطف طریقے سے کرتب بازی اور قلا بازی سیکھیں گے۔ یہ سرگرمی سالانہ پروگرامنگ کا حصہ ہے، اس لئے داخلہ خالی نشستیں میسر ہونے پر کیا جائے گا۔
* آرام دہ لباس پہن کر آنا ضروری ہے۔

کامکس اور مانگا

(8 سے 12 سال عمر تک)

N

جمعرات، 17:30 سے 18:30 بجے تک

قیمت: €23,03 (11 سیشنز)

سربراہی: نیکول بیلاسکس

کیا آپ کو 'انیمے' دیکھنے اور 'مانگا' یا 'کامیکس' پڑھنے کا شوق ہے؟ کیا آپ اپنے کرداروں اور ان کے اڈونچرز کو تخلیق کرنا چاہیں گے؟ ڈرائنگ کی تکنیکات سیکھنے کی اس ورکشاپ میں حصہ لیں اور اپنی قوتِ تخلیق کو آڑان دیں۔

رقص، جسم اور ذہن

ٹورکنگ (عمر: +16 سال)

سوموار، 19:30 سے 21 بجے تک

قیمت: مفت (11 سیشنز)

سربراہی: ایرینے آرکیسار

اس ورکشاپ کا بُنیادی مقصد رقص کے ذریعے خود مختاری حاصل کرنا ہے۔ یہ اپنی صنفیت کو دریافت کرنے اور اپنے پیلوک، ہپ اور گلوٹس مسلز سے ربط قائم کرنے کا ایک شاندار موقع ہے۔ اس میں رقص، ورزش اور فری اسٹائل بھی شامل ہے۔
* آرام دہ لباس پہن کر آنا ضروری ہے۔

تائی چی

منگل، 9:30 سے 10:30 بجے تک

قیمت: €23,03 (11 سیشنز)

جمعرات، 9:30 سے 10:30 بجے تک

قیمت: €23,03 (11 سیشنز)

سربراہی: فابیآن بوے

تائی چی کی اصل خوبصورتی اس کی آہستگی میں پوشیدہ ہے، جو توانائی، سکون اور راحت سے بھرپور ہوتی ہے۔ تائی چی کی مشق کرنا ایک صحت افزا تجربہ ہے، یہ آپ کو زندگی کو ایک نئے انداز سے دیکھنے کی طرف راغب کرتا ہے۔
* آرام دہ لباس پہن کر آنا ضروری ہے۔



عربی لکھائی

منگل، 17 سے 19 بجے تک

قیمت: مفت (11 سیشنز)

سربراہی: نازیہ لکھمیسی

کیا آپ کو معلوم ہے کہ عربی دائیں سے بائیں طرف لکھی جاتی ہے؟ اور معلوم ہے کہ اس کے حروف لفظ کے شروع، درمیان اور آخر میں مختلف شکل اختیار کرتے ہیں؟ کیا آپ عربی کے بنیادی قواعد سیکھنا چاہیں گے؟

گروپ سنگنگ

جمعہ، 17 سے 18:30 بجے تک

قیمت: مفت (11 سیشنز)

سربراہی: تانیا گونسالیس بالدیس

ایک نئی اسپیس کا اہتمام کیا گیا ہے جہاں آپ موسیقی سے لطف اندوز ہونے کے ساتھ ساتھ اپنی آواز سے تجربے کر سکیں گے اور مقامی اور دوسرے خطوں کے لوگ گانے بھی گانا سیکھیں گے۔ آئیں اور اس میں حصہ لیں۔

عمر رسیدہ افراد کے لئے ورکشاپس

حرکت اور جم

(عمر: +65 سال)

سوموار، 11:30 سے 12:30 بجے تک

قیمت: مفت (11 سیشنز)

سربراہی: خولیا دے لا تورے

اس ورکشاپ کا مقصد ورزش کے ذریعے آپ کی جسمانی قوت اور مضبوطی کو بہتر بنانا ہے۔ ایک خوشگوار اور حوصلہ افزا ماحول میں، حصہ لینے والے افراد جوڑوں کی حرکت اور توازن کو بہتر بنانے کے لئے مختلف ورزشیں کریں گے۔
* آرام دہ لباس پہن کر آنا ضروری ہے۔

اسٹریچنگ اور جم

(عمر: +65 سال)

بدھ، 11:30 سے 12:30 بجے تک

قیمت: مفت (11 سیشنز)

سربراہی: خولیا دے لا تورے

اس ورکشاپ کا مقصد اسٹریچنگ اور ریلیکسنگ کی مختلف تکنیکات سیکھانا ہے جو لچک کو برقرار رکھنے اور مسلز کی کشیدگی کو دور کرنے میں مدد کرتی ہیں۔ نرم حرکتوں کے ذریعے، حصہ لینے والے افراد، کشیدگی کو دور اور خوں کی گردش کو بہتر بنا سکیں گے۔
* آرام دہ لباس پہن کر آنا ضروری ہے۔

یوگا

بدھ، 19:30 سے 21 بجے تک

قیمت: 34,54€ (11 سیشنز)

سربراہی: مارینا پالوپ

صحیح پوزیشن، سانس، سخت جسمانی ورزش اور ارتکاز توجہ کے بہترین امتزاج کے ذریعے آپ مراقبے میں جا سکیں گے اور اپنے اندرونی سکون اور اپنے اصل 'میں' کو پا سکیں گے۔
* آرام دہ لباس پہن کر آنا اور تولیہ لانا ضروری ہے۔

کارڈیو ٹریننگ

جمعرات، 19 سے 20 بجے تک

قیمت: مفت (11 سیشنز)

سربراہی: دولوریس کانٹرو

اگر آپ کو سپر انرجک موومنٹ پسند ہے تو آپ پہلے سیشن سے ہی مسلز اور دل کو مضبوط کریں گے اور کیلوریز جلائیں گے۔
* آرام دہ لباس پہن کر آنا ضروری ہے۔

نئے ہنر اور تخلیقی سرگرمیاں

فنی ظروف سازی

منگل، 18 سے 20 بجے تک

قیمت: 50,24€ (11 سیشنز)

سربراہی: تیزیانا تافوری

مٹیریل کی قیمت: 15€

کیا آپ ظروف سازی میں دلچسپی رکھتے ہیں؟ اس ورکشاپ میں آپ بنیادی تکنیکات سیکھیں گے اور اپنا ظرف خود بنا سکیں گے۔ گارے کے ساتھ ظروف سازی اپنے اندر کے فنکار کو جگانے کا ایک بہترین طریقہ ہے۔



میٹنگ اسپیس

فری اسٹائل سلائی

ہر منگل 17 سے 19 بجے تک اور ہر جمعرات 10:30 سے 12 بجے تک
اہتمام کار: کمیونٹی لائف سنٹر (CVC) اور
ٹرینٹات بیٹیا کا ٹائم بینک
آئیں اور سلائی سے متعلق اپنا تجربہ شیئر
کریں، اور اگر آپ سلائی کرنا نہیں جانتے
تو اس اوپن سنٹر میں فری اسٹائل سلائی
(ہاتھ یا مشین کے ساتھ کروشیا، کشیدہ
کاری) سیکھ سکتے ہیں۔



کاتالان میں گفتگو کا گروپ

ہر سوموار 10 بجے سے 11:30 بجے تک
اہتمام کار: ٹرینٹات بیٹیا ٹائم بینک
ہم مل کر آپس میں کچھ وقت گزاریں
گے، جس دوران ہم باتیں کریں گے اور
کاتالان سیکھیں گے۔ یہ برابری سطح پر
اور خوشگوار ترقی کا ایک بنیادی آلہ ہے۔

اسپینش میں گفتگو کا گروپ

ہر سوموار 10 بجے سے 11:30 بجے تک
اہتمام کار: ٹرینٹات بیٹیا ٹائم بینک
ہم مل کر آپس میں کچھ وقت گزاریں
گے اور اسپینش سیکھیں گے۔

خواتین کا باہمی سہارا گروپ

ہر ماہ کی دوسری سوموار کو 18 سے 19:30
بجے تک
اہتمام کار: Grup Escolta Activa
قریبی اور پُر اعتماد اسپیس جہاں آپ آرام
و سکون سے اپنی ضروریات شیئر کر
سکیں گی۔

رضاکارانہ ورکشاپس

رضاکارانہ ورکشاپس مفت ہیں اور ان کے
اہتمام کا دار و مدار ورکشاپ کے سربراہ
کی دستیابی پر ہے۔
پہلے سے داخلہ ضروری ہے۔

آن لائن رقص

منگل، 18:30 سے 20 بجے تک
(11 سیشنز)
سربراہی: مرسیڈیس اودیرو اور روبیرتو
مارتین
ڈانس کے لئے آپ کا کوئی پارٹنر نہیں ہے؟
کوئی بات نہیں، آپ کو پارٹنر کی
ضرورت ہی نہیں۔
اس ورکشاپ میں تعاون کرنے کے لئے ہم
مرسیڈیس اور روبیرتو کے مشکور ہیں۔

SEVILLANAS 0/1 (علاقائی رقص)

گروپ 0: جمعرات، 18:30 سے 19:30 بجے
تک (11 سیشنز)
گروپ 1: جمعرات، 19:30 سے 20:30 بجے
تک (11 سیشنز)
سربراہی: مانولی آلدومار
کیا آپ کو علاقائی رقص 'sevillanas'
سیکھنے کا شوق ہے؟ اگر ہے تو یہ ورکشاپ
آپ کے لئے ہے!
اس ورکشاپ میں تعاون کرنے کے لئے ہم
مانولی آلدومار کے مشکور ہیں۔

ڈانس تھیٹر

سوموار، 17:30 سے 19 بجے تک
(11 سیشنز)
سربراہی: ایمیلیو براوہ
اہتمام کار: Xarxa Sense Gravetat
ایک تخلیقی اسپیس جہاں رقص کے ذریعے
متنوع اجسام اور ذہن، مختلف موومنٹس
ایک ساتھ ملتے ہیں اور جہاں تنوع یک
وقت ایک موقع بھی ہے اور ایک حد بھی۔



یک موضوعی ورکشاپس اپنی قوتِ تخلیق دریافت کریں

خوشبودار اور پکائے جانے
والے پودے۔
بیج سے پلیٹ تک

جمعہ، 17 جنوری، 11 بجے
قیمت: مفت

اہتمام کار: Amalur، طبی باغ
اس ورکشاپ میں، مختلف حسوں کے
ذریعے، پکائے جانے والے پودے، ان کے
استعمال کے مختلف ریسپیز اور ان کی
غذائیت دریافت کریں گے۔ اس سرگرمی
کے اختتام پر گروپ میں ایک ریسپی تیار
کریں گے اور اسے چکھیں گے۔

کارناوال کا ماسک

ہفتہ، 22 فروری، 11 بجے
قیمت: مفت

سربراہی: جمّا کاسٹرو
بچوں کے لئے اس ورکشاپ میں ہم اچھے
اچھے ماسکس بنائیں گے تا کہ کارناوال
منانے وقت کوئی ہمیں پہچان نہ سکے۔

8M

کپڑے کی تجرباتی اسٹامپنگ

بُدھ، 5 مارچ، 18 بجے
قیمت: مفت + مٹیریل کے لئے 5€

سربراہی: سارا جانسن
اسٹامپنگ کی تکنیکات کے ذریعے خود اپنی
فیمینسٹ ٹی شرٹ بنائیں۔ کاتن کی ایک
ٹی شرٹ لائیں اور اپنی پسند کے مطابق
اسے اسٹامپ کرنا سیکھیں۔



کوکنگ کی ایک موضوعی ورکشاپس

بچی ہوئی 'ٹورون' سے
فائدہ اٹھائیں

ہفتہ، 11 جنوری، 11 بجے
قیمت: مفت + اجزاء کے لئے 3€

سربراہی: کارول میندوسا
کیا آپ کے گھر پر بچی ہوئی 'ٹورون'
پڑی ہوئی ہے؟ اور پتا نہیں کیا کرنا ہے؟
اس ورکشاپ میں آئیں اور بچی ہوئی
'ٹورون' کا ایک مزیدار ریسپی دریافت
کریں۔
* 'ٹورون' لانا ضروری ہے۔

mmm

چھاتی سے پلیٹ تک
(0 سے 3 سال عمر تک)

ہفتہ، 1 فروری، 11 بجے
قیمت: مفت

سربراہی: ناتالیا سیلما
0 سے 3 سال عمر کے بچوں کی فیملیوں کے لئے
کیا آپ محسوس کرتی ہیں کہ آپ کے
باس Baby Led Weaning کے بارے میں
بہت معلومات ہے لیکن آپ جانتی نہیں کہ
بچے کو خوراک دینے کا آغاز کب اور
کیسے کرنا ہے؟ کیا BLW آپکو اچھی آپشن
نہیں لگتی؟ کیا آپکو خوف ہے کہ کھانا
بچے کے گلے میں پھنس جائے گا؟ بہترین
غذائیت کے کھانوں کے بارے میں جاننا
چاہیں گی؟ اس ورکشاپ میں شرکت
کریں اور بچوں کی غذا کے نئے طریقوں
کے بارے میں سیکھیں۔

8M

PUSSYCAKES (پُسی کیک)

ہفتہ، 29 مارچ، 11 بجے
قیمت: مفت + اجزاء کے لئے 3€

سربراہی: ایما آدم
اگر آپ کو ابھی تک معلوم نہیں کہ
'pussycake' کیا ہے تو اس 8 مارچ
ہمارے ساتھ ملیں اور یہ اورجنل کیک
بنانا سیکھیں۔ یہ سرگرمی ہمارے لئے ملنے
کا ایک موقع ہو گی اور اس کے ساتھ
ساتھ ہم ایمپاورمنٹ کے بارے میں مزید
سیکھیں اور دریافت کریں گیں۔

CASES BARATES DEL BON PASTOR

(بون پاستور کے سستے گھر)

ہفتہ، 18 جنوری، 11 بجے
 میٹنگ پوائنٹ: ترینیات بیٹیا میٹرو اسٹیشن
 اہتمام کار: MUHBA بون پاستور
 اس رُوٹ کا مقصد ڈسٹرکٹ سانت
 اندریو کی نئی ثقافتی سہولت 'بون
 پاستور کے سستے گھر' کو جاننا ہے۔ یہ
 بارسلونا کا نیا ہاؤسنگ میوزیم ہے، جس کا
 مقصد بیسویں صدی میں رہائش کی
 تاریخی یادوں کی عکاسی کرنا ہے۔ عمارت
 کا یہ جزیرہ 16 مکانات پر مشتمل ہے، جس
 میں سے 10 کو عجائب گھر میں تبدیل کیا
 گیا ہے: ان میں سے چار مکانات شہر میں
 رہائش کے لئے جدوجہد کی عکاسی کرتے
 ہیں اور دوسرے چار بون پاستور میں سن
 1929 سے 2017 تک ان کے اندرونی
 ڈیزائن کی عکاسی کرتے ہیں اور باقی دو
 رہائش سے متعلق دوسرے پہلو اُجاگر کرتے
 ہیں۔



(لا پُوتی رُوٹا) LA PUTIRUTA

جمعہ، 14 مارچ، 18 بجے
 میٹنگ پوائنٹ: میٹرو کا داخلہ (L1): ترینیات
 بیٹیا | یا، 19 بجے، 32 Passeig del Born,
 سربراہی: La Putiruta



منحرف بارسلونا کی تاریخ اور افسانوں
 کی سیر کے لئے ہمارے ساتھ آئیں! 'لا
 پُوتی رُوٹا' ایک رُوٹ ہے جسے بیولیت
 فزیر (ٹرانس ویمن اور سابقہ سیکس
 ورکر) نے تشکیل اور متحرک کیا ہے۔ یہ
 رُوٹ اس بات کی نشاندہی کرے گا کہ
 سترہویں صدی سے لے کر آج تک جسم
 فروشی اور LGBTQ+ کمیونٹی نے محلوں
 کی زندگی اور تبدیلی کو کیسے متاثر کیا
 ہے۔ آپ اس تاریخ کے مرکزی کرداروں،
 خصوصاً ٹرانس ویمن کمیونٹی، کی
 جدوجہد کے نشانات دیکھیں گے۔

نوجوانوں کی فعالیت کی سروس اور 'سالا جوبا' کی ورکشاپس

پہلے سے اپوائنٹمنٹ ضروری ہے۔

رابطہ: 'سالا جوبا' 690.322.841 / نوجوانوں کی فعالیت کی سروس 648.767.429
ٹرینیتات بیٹیا کی نوجوانوں کی فعالیت کی سروس اور 'سالا جوبا' محلے کے نوجوان افراد کے لئے یہ ورکشاپس اور اسپیسس مفت فراہم کرتے ہیں۔

سیلد ڈیفینس

صرف خواتین کے لئے

سوموار، 17:30 سے 19 بجے تک
(12 سے 17 سال عمت تک)
سوموار، 19 سے 20:30 بجے تک
(18 سے زائد سال عمر کے لئے)
مقام: سیوک سنٹر ٹرینیتات بیٹیا
اہتمام کار: SDJ ہارسلونا کی اسپورٹس ایسوسی ایشنز کی فیڈریشن
اسپورٹ اور سیلف ڈیفینس کی واحد کمینیشن جو روز بروز مزید مقبول ہو رہی ہے۔

DI-JOCS (ڈی جوکس)

سوموار، 17:30 سے 19 بجے تک
اہتمام کار: 'سالا جوبا'
12 سے 17 سال عمر کے نوجوانوں کے لئے
بورڈ گیمز پر مشتمل اسپیسس۔

QUE EN VENOM (کا این وینوم)

منگل، 17:30 سے 19 بجے تک
مقام: سیوک سنٹر ٹرینیتات بیٹیا
اہتمام کار: 'سالا جوبا'
12 سے 17 سال عمر کے نوجوانوں کے لئے
ڈانس گروپ جس کی سربراہ آرین ڈانس کی ماہر کوریو گرافر اندریا ہیں۔

باکسنگ کا آغاز

بدھ، 17:30 سے 18:30 بجے تک
مقام: میونسپل اسپورٹ سنٹر ٹرینیتات بیٹیا
اہتمام کار: 'سالا جوبا'
12 سے 17 سال عمر کے نوجوانوں کے لئے
اپنے جسم کو جاننے، اپنے آپ پر اعتماد حاصل کرنے اور ٹینشن ڈور کرنے اور انرجی نکالنے کے لئے مفید کھیل۔

LAS PELUQUITAS (لاس پیلوکیتاس)

بدھ، 17:30 سے 18:30 بجے تک
مقام: سیوک سنٹر ٹرینیتات بیٹیا
اہتمام کار: نوجوانوں کی فعالیت کی سروس
12 سے 18 سال عمر کے نوجوانوں کے لئے
جمالیت اور فوٹوگرافی پر مبنی سیلف کنسیپٹ کی اسپیسس۔



LI-ARTE (لی آرٹے)

جمعرات، 17:30 سے 19 بجے تک
مقام: سیوک سنٹر ٹرینیتات بیٹیا
اہتمام کار: 'سالا جوبا'
12 سے 17 سال عمر کے نوجوانوں کے لئے
ایک شیئرنگ اسپیسس جس میں مختلف آرٹسٹک تکنیکات سیکھیں گے۔

TRINICHEF (ٹرینی شیف)

جمعہ، 17 سے 19 بجے تک
مقام: سیوک سنٹر ٹرینیتات بیٹیا
اہتمام کار: 'سالا جوبا'
12 سے 18 سال عمر کے نوجوانوں کے لئے
تخلیقی، صحت بخش اور ماحول دوست کوزین کی ورکشاپ۔

کلچرل پروگرامنگ

تمام سرگرمیاں مفت ہیں، ما سوائے چند کے جن کی نشاندہی کی جائے گی۔ ہر کسی کو آنے کی اجازت ہے، لیکن اس کے لئے پہلے سے ریزرویشن ضروری ہے۔



مزید معلومات اور ریزرویشنز:

نمائشیں

فیملی شوز

شوز

سرديوں کے پروگرامز:

mmm

نہے بچوں کا مہینہ (MMM): سیوک سنٹر کی طرف سے تشکیل کی گئی یہ نہے بچوں کے لئے مخصوص پروگرامنگ ہے۔

8M

8M: ورکر ویمن کے عالمی دن سے منسلک پروگرامنگ۔

تہواروں کی تواریخ

کارناوال

SEASENSATIONS (سی سنسیشنز)

9 سے 31 جنوری تک
اہتمام کار: آپ کی دُنیا میں سائنس
(LCATM) اور ادارہ برائے بحری علوم
(ICM-CSC)
SeaSensations ایک جدید، انٹرایکٹیو،
کثیر حسی اور ایمرسیو نمائش ہے جس
میں پبلک پہلی بار، مختلف سائنسی اور
روزمرہ کے عناصر کے ذریعے، بحری خُرد
بینی جانداروں کی دُنیا کی وسعت، تنوع
اور خصوصیات کو دیکھ سکتے ہیں۔

* ہماری ویب سائٹ چیک کریں یا گائیڈڈ
ٹورز کا اہتمام کرنے کے لیے ہمیں کال
کریں۔



نمائش 'مینی آرٹسٹ بنیں!'
کی تخلیق

3 سے 21 فروری تک

سیوک سنٹر کی تخلیق کردہ سرگرمی
سوک سنٹر کے ہال میں گھر کے چھوٹے
بچوں کے ساتھ آ کر 'Pollock' بنائیں۔
فیملی کے ساتھ پینٹنگ اور تخلیق کرنے کے
لیے مخصوص اسپیس ہو گی۔

* سوموار سے جمعہ، سوائے جمعرات، 10
سے 14 بجے تک اور ہفتہ، 16 سے 20 بجے
تک۔

ایکو فیمینزم
کی قوت

17 سے 27 فروری تک

اہتمام کار: Aula Ambiental, Casal de
Barri Espai210, Xarxa Dos Deu

فیمینسٹ معاشیات اور ایکولوجسٹ
معاشیات کے ملنے سے ایکو فیمینزم کی
پہلی آوازیں ابھریں۔ یہ ایک ایسا طرز فکر
ہے جو انسانی معاشرے کی پیچیدگیوں اور
تنازعات کو فیمینسٹ اور ماحولیاتی نقطہ
نظر سے دیکھتا ہے۔

جنس فروش کے ساتھ

ہم بستر ہوں

8M

3 سے 21 مارچ تک

اہتمام کار: Tiriti Trans Trans Trans

کیا آپ نے کبھی کسی ٹرانس ویمن یا جسم
فروش عورت سے گفتگو کی ہے؟ یہ ایک
ممنوعہ اور تعصبانہ خیالات کی شکار دنیا
ہے، خاص طور پر اس لیے کیونکہ اکثر
لوگوں نے کبھی ان کے ساتھ بات چیت
نہیں کی۔ یہ اسپیس آپ کو ان کی دُنیا کی
حقیقت سے آشنا کرے گی۔ اور کیوں
نہیں، اس کے آخر میں آپ اسی بستر پر ان
کے ساتھ 'ہم بستر' ہو سکتے ہیں جس
بستر سے ٹرانس ویمن نے اپنے خیالات کا
اظہار کیا ہے۔

فیملی شوز

دادی:

الفاظ کو بننے والی

ہفتہ، 25 جنوری، 12 بجے

مقام: سیوک سنٹر ہال

سربراہی: جیزیلا ییمونا

آج سے ایک سال پہلے جیزیلا ییمونا کی
دادی ایک آخری سفر کیا تھا اور اس نے
دریافت کیا ہے کہ اس کی دادی ہمیشہ
اس کے دادا کے ساتھ دُنیا بھر میں سفر پر
جایا کرتی تھی۔ جب دادا کاروبار کی بات
کرتے تھے، دادی خاموشی سے بنتی تھی۔
آج صبح اسے اپنے بستر کے پاس وہ مفرل
ملا جو اس کی دادی نے اس کے لیے بنایا تھا
اور یہ جادو کے ساتھ کھلنا شروع ہو گیا
ہے۔ دھاگے کو کھینچ کر جیزیلا نے دریافت
کیا کہ دادی الفاظ جمع کرتی تھیں! یہ
دریافت اسے دادی کی سفری الماری
کھولنے اور ان کے جمع کیے ہوئے تمام
الفاظ کو دریافت کرنے میں مدد کرے
گی۔ 'الفاظ کو بننے والی الفاظ خراج عقیدت۔
کہانیاں بننے والی دادیوں کے نام۔'



جمعرات، 6 فروری، 17:30 بجے

مقام: سیوک سنٹر کا ہال

2 سے 4 سال کے بچوں کے لئے

سربراہی: Cia. Teatro Firulete

اس کٹھ پتلی تھیٹر میں چھوٹے بچے اُشوٹے کی کہانی دریافت کریں گے۔ اُشوٹے پریشان ہے کیونکہ اس کی دادی بوجھ رہی ہے۔ وہ اس کے حل کے لئے مدد مانگنے کے لئے کچھ جادوئی مخلوقات کی تلاش میں جنگل کی گہرائیوں میں جانا چاہتی ہے۔ اپنی ماں کے اختیار کی نفی کرتے ہوئے وہ گھر سے بھاگ جاتی ہے۔ جب وہ آخر کار قدرت کی ملکہ ماری سے ملی تو اسے احساس ہو گا کہ جن جوابات کی تلاش میں وہ نکلی ہے وہ اس کی سمجھ سے زیادہ آسان ہیں اور، شاید، دادی کبھی بھی نہیں بوجھے گی۔۔۔



جنگل - BDC

جمعہ، 28 مارچ، 19 بجے

مقام: سیوک سنٹر ہال

سربراہی: Sàndal Produccions

ایک سزا کے طور پر، آنیتا اپنے کمرے کی صفائی کرنے پر مجبور ہوتی ہے۔ سوٹ کیسز اور گتے کے ڈبوں کے درمیان اسے باتیں کرنے کے لئے ایک غیر متوقع بندی ملے گی جس کے ساتھ وہ اپنی زندگی اور اپنے ماضی، اپنی شناخت اور اپنی اصلیت، اپنی پہلی اور بعد میں آنے والی محبتوں پر غور کرے گی۔۔۔ اور اپنے آپ سے سوال کرے گی کہ اگر وہ دوبارہ سے جوان ہوتی تو وہ کیا کرتی۔



کتیاں اور نوکرانیاں

BDC 8M

جمعہ، 28 مارچ، 19 بجے

مقام: سیوک سنٹر کا ہال

سربراہی: Cia. White Rabbit

ایک سزا کے طور پر، آنیتا اپنے کمرے کی صفائی کرنے پر مجبور ہوتی ہے۔ سوٹ کیسز اور گتے کے ڈبوں کے درمیان اسے باتیں کرنے کے لئے ایک غیر متوقع بندی ملے گی جس کے ساتھ وہ اپنی زندگی اور اپنے ماضی، اپنی شناخت اور اپنی اصلیت، اپنی پہلی اور بعد میں آنے والی محبتوں پر غور کرے گی۔۔۔ اور اپنے آپ سے سوال کرے گی کہ اگر وہ دوبارہ سے جوان ہوتی تو وہ کیا کرتی۔



کنسرٹس

Música Z (زیڈ میوزک) بارسلونا سیوک سنٹرز کے نیٹ ورک کی میوزیکل سیریز ہے جو بارسلونا کے اعلیٰ میوزک اسکولوں کے طلباء کی صلاحیتوں کو ایک قریبی اور مشترکہ تجربے کے طور پر پورے شہر تک پہنچاتی ہے۔ JAM Session اسکول، ESMUC، Fundació Conservatori Liceu اور Taller de Músics نے اس کی تشکیل میں تعاون کیا ہے۔

ESMUC

زیڈ میوزک

جمعہ، 17 جنوری، 19 بجے

مقام: سیوک سنٹر کا ہال

اہتمام کار: سیوک سنٹرز کا نیٹ ورک

اور ESMUC

* کنفرم کرنا باقی ہے۔

ESMUC کے طلباء کے ایک گروپ کو زیڈ میوزک کی پروگرامنگ کے تحت پیش کیا جائے گا تاکہ وہ اپنے میوزک کو لائیو پبلک کے سامنے پیش کریں، کیونکہ یہ ان کے سیکھنے کے عمل کا ایک بنیادی حصہ ہے۔

سارہ بلاسکو

زیڈ میوزک

جمعہ، 31 جنوری، 19 بجے

مقام: سیوک سنٹر کا ہال

اہتمام کار: سیوک سنٹرز کا نیٹ ورک

اور Taller de Músics

سارہ بلاسکو ایک پراجیکٹ ہے جن کے اپنے گیت ہیں اور یہ ایک گلوکار، ایک پیانو اور ایک بیٹری بجانے والے رکن پر مشتمل ہیں۔ ان کا میوزک جاز اور پاپ میوزک اور دوسرے جدید میوزک کے اسٹائلز سے متاثر ہے۔ لائیو میوزک کے ساتھ وہ اپنے گانوں کے پیغامات کے ذریعے ایک خود شناسی کا سفر پیش کرتے ہیں۔

DRAME

زیڈ میوزک

جمعہ، 21 فروری، 19 بجے

مقام: سیوک سنٹر کا ہال

اہتمام کار: آکسیل پیک، سیوک سنٹرز کا

نیٹ ورک اور Jam Session اسکول

DRAME کے ساتھ، آکسیل پیک ایک ہائیبرڈ ساؤنڈ اسکیپ بنانے کی کوشش کرتا ہے جو روایتی میوزیکل انواع کی حدود سے باہر ہے۔ یہ ایک ایسا پروجیکٹ ہے جس کا مقصد موجودہ میوزیکل ٹکنالوجی کے ذریعہ فراہم کردہ ٹولز سے فائدہ اٹھاتے ہوئے جدید دور میں گلوکار، نغمہ نگار اور 'ون مین بینڈ' کی شخصیت کو ایکسپلور کرنا ہے۔ اس کا میوزک راک، فولک، سوؤل، ہپ ہاپ، الیکٹرانک اور پاپ میوزک کا میکس ہے۔

CASIOPEA QUINTET

زیڈ میوزک

جمعہ، 21 مارچ، 19 بجے

مقام: سیوک سنٹر کا ہال

اہتمام کار: Casiopea Quintet، سیوک

سنٹرز کا نیٹ ورک، Fundació

Conservatori Liceu

Casiopea Quintet نے زیڈ میوزک کے اس سال کے ایڈیشن کا افتتاح کرے گا۔ بارسلونا سیوک سنٹرز کے نیٹ ورک کی میوزیکل سیریز بارسلونا کے اعلیٰ میوزک اسکولوں کے طلباء کی صلاحیتوں کو ایک قریبی اور مشترکہ تجربے کے طور پر پورے شہر تک پہنچاتی ہے۔ Casiopea Quintet سن 2022 میں پروفیسر کارلس کوردا کی سرپرستی میں Conservatori Superior de Música Liceu کے طلباء کے اتحاد کے نتیجے میں پیدا ہوا تھا۔



کارناوال

آملیٹ بنانے کا مقابلہ

جمعرات، 27 فروری، 18 بجے

مقام: سیوک سنٹر کا ہال

ہم کافی عرصے سے جاننا چاہتے تھے کہ کون سب سے بہترین اسپینش آملیٹ بناتا ہے۔ کیا وہ آپ ہونگے؟ آملیٹ گھر سے تیار کر کے لائیں تا کہ مقابلے کے جج اسکو چکھ سکیں۔ آئیں ہمارے ساتھ انجوائے کریں۔ مقابلے کے بعد آملیٹ سب میں تقسیم کریں گے اور اسکی ترکیب کے راز شیئر کریں گے۔



کارناوال کا ماسک

ہفتہ، 22 فروری، 11 بجے

قیمت: مفت

سربراہی: جِما کاسٹرو

مزید معلومات کے لئے تخلیقی یک موضوعی ورکشاپس کا پیج دیکھیں۔



نہے بچوں کا مہینہ

فروری کے ماہ کے دوران

مقام: سیوک سنٹر ترینتات بیٹیا

فروری کے ماہ کے دوران کلچرل پروگرامنگ ہو گی جو بچوں کے لئے مخصوص ہے۔ مختلف ایکٹیویٹیز کے ساتھ یہ بچپن ہی سے ورکشاپس، شوز وغیرہ کے ذریعے کلچر سے لطف اندوز ہو سکیں گے۔

نمائش 'مینی آرٹسٹ بنیں!'

کی تخلیق

3 سے 21 فروری تک

مقام: سیوک سنٹر کا ہال

مزید معلومات کے لئے نمائشوں کا پیج دیکھیں۔

BASOA (باسوآہ)

جمعرات، 6 فروری، 17:30 بجے

مقام: سیوک سنٹر کا ہال

مزید معلومات کے لئے فیملی شوز کا پیج دیکھیں۔

چھاتی سے پلیٹ تک

جمعہ، 14 فروری، 11 بجے

مقام: اسپائی فورادادا

مزید معلومات کے لئے کوکنگ کی یک موضوعی ورکشاپس کا پیج دیکھیں۔

ترینی کی مثالی شخصیات

'YO NO SOY ESA'

تمام تواریخ ہماری ویب سائٹ اور سوشل

میڈیا پر چیک کر سکتے ہیں۔

فروری اور مارچ کے درمیان

ہم محلے کے پڑوسیوں کے ساتھ مل کے ایک نئی کمیونٹی اور فیمنسٹ پروگرامنگ بنانے کے لیے ایک شراکتی عمل کا آغاز کر رہے ہیں، جہاں ایک باہمی اور بین النسلی نقطہ نظر کے ذریعے، مشترکہ دلچسپی کے موضوعات پر کام کیا جائے گا۔

اس سال ہم محلے کے ان پڑوسیوں کو مدعو کرتے ہیں جو صفائی کرنے کے شعبے میں کام کرتے ہیں۔ سیوک سنٹر آئیں اور حصہ لیں!

ماحولیاتی کلاس
936 242 698
santandreuambiental@bcn.cat

کمیونٹی لائف سنٹر
932 564 281 / 607 554 990
cvidacomunitariatv@bcn.cat

ٹرینیتات بیٹیا ٹائم بینک
933 457 016
bancdeltempstrinitatvella@gmail.com

بارسلونا اکٹیوا پروگرام
'محلوں میں ملازمت'
934 019 571

کونسلٹام
652 588 686
konsultamsantandreu@fetb.org

بچوں کی کاسال
ٹرینیتات بیٹیا
Centre Cívic Trinitat Vella
697 679 916

سیو دی چلڈرن
933 602 874
arantxa.sagasti@
savethechildren.org

باہمی اتفاق اور
سماجی / رہائشی
ضروریات کی سروسز
695 152 722 / 685 914 570
serveiconvivencia09A@bcn.cat

نوجوانوں کی فعالیت
کے لئے سروس (SDJ)
648 767 429
sdjfranja@gmail.com

سالا جوہا
690 322 841
salajovetrinitatvella@bcn.cat

پراجیکٹ کونسلیا
722 204 496
https://concilia.incoop.cat/

سماجی اور مالی امداد
کا نیٹ ورک
(XARSE)
930 136 844
پروگرام
آرین ریجنیریشن
605 502 008/611 490 974

مسجد کے دوست
646 572 751

فلامینگو ایسوسی ایشن
ٹرینیتات بیٹیا
646 063 658

ٹرینیتات بیٹیا کی تاریخ
کی تحقیق اور فروغ
کے لئے ایسوسی ایشن
amadortrini@hotmail.es

میوزک بینڈ
'LA POPULAR SANSENSE'
933 457 016

کلچرل ایسوسی ایشن
ESCAMOT DE LA
SANTÍSSIMA TRINITAT
trabucairestrinitat@gmail.com

GEGANTS I CAPGROSSOS
ٹرینیتات بیٹیا
@gecaptrinitatvella

خواتین کا باہمی
سہارا گروپ
667 726 849

APC فرانجا بیسوس
apcfranjabesos@bcn.cat

بارسلونا شہر کے
TRABUCAIRES
کا کوآرڈینیٹر ادارہ
coor.trabucaires.bcn.ciutat@
gmail.com

دسمبر

سوموار، 9	10h	داخلے کا آغاز	سردیوں کی ورکشاپس
-----------	-----	---------------	-------------------

جنوری

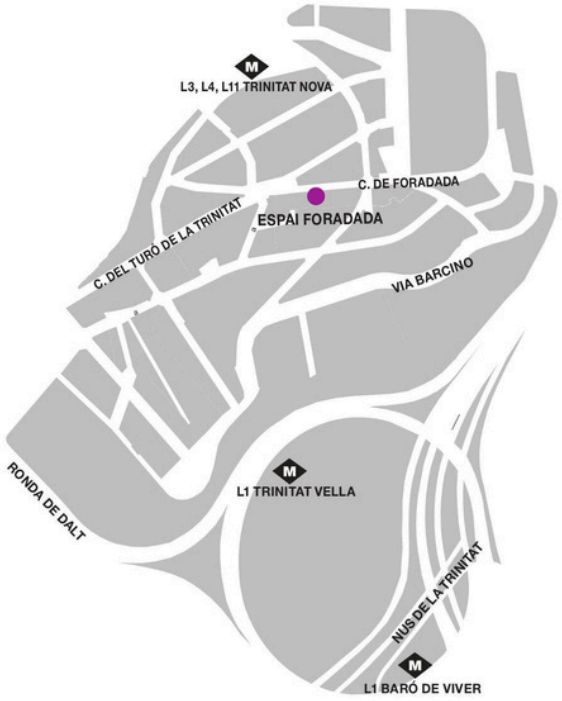
سارا ماہ		SeaSensations (سی سینسیشنز)	نمائش
بہفتہ، 11	11h	بچی ہوئی 'تورون' سے فائدہ اٹھائیں	یک موضوعی ورکشاپ
سوموار، 13	10h	سردیوں کی ورکشاپس کا آغاز	سردیوں کی ورکشاپس
جمعہ، 17	11h	خوشبو دار اور پکائے جانے والے پودے	یک موضوعی ورکشاپس
جمعہ، 17	19h	ESMUC زیڈ میوزک	کنسرٹ
بہفتہ، 18	11h	بون پاستور کے سستے گھر	رُوٹس
بہفتہ، 25	12h	دادی: الفاظ کو بننے والی	فیملی شو
جمعہ، 31	19h	سارہ بلاسکو	کنسرٹ

فروری

سارا ماہ		نہے بچوں کا مہینہ	سردیوں کی پروگرامنگ
سوموار 3 تا بہفتہ 15		مینی آرٹسٹ بنیں!	نمائش
سوموار 17 تا جمعرات 27		ایکو فیمینزم کی قوت	نمائش
بہفتہ، 1	11h	چھاتی سے پلیٹ تک	یک موضوعی ورکشاپ
جمعرات، 6	17h	Basoa (باسواہ)	فیملی شو
بہفتہ، 15	12h	جنگل	فیملی شو
جمعہ، 21	19h	Drame	کنسرٹ
بہفتہ، 22	11h	کارناوال کا ماسک	تہواروں کی تواریخ
جمعرات، 27	19h	آملیٹ بنانے کا مقابلہ	تہواروں کی تواریخ

مارچ

سارا ماہ		جنس فروش کے ساتھ ہم بستر ہوں	نمائش
بُدھ، 5	18h	کپڑے کی تجرباتی اسٹامپنگ 8M	یک موضوعی ورکشاپ
جمعہ، 14	18h	La Putiruta (لا پوتی روتا)	رُوٹس
جمعہ، 21	19h	Casiopea Quintet	کنسرٹ
جمعہ، 28	19h	کتیاں اور نوکرانیاں	بالغ افراد کے لئے شو
بہفتہ، 29	11h	Pussycakes (پُسی کیکس)	یک موضوعی ورکشاپ



پتا

اسپائی فُورادادا
C/ Foradada, 36
08033، بارسلونا
ٹیلیفون: 933.457.016
informacio@cctrinitatvella.cat

اوقات

سنٹر کے اوقات
سوموار تا جمعہ، 9 سے 21 بجے تک
خدماتی اوقات
سوموار تا جمعہ، 10 سے 14 بجے تک اور
16 سے 20 بجے تک
ہفتہ
14 سے 16 بجے تک اور 16 سے 19 بجے تک

پہنچنے کا طریقہ

بس نمبر: 11، 60، 62، 76، 126 اور
V-31
میٹرو: ترینیتات بیٹیا (L1)

ہمیں فالو کریں

   @cctrinitatvella