

Centre Cívic Joan Oliver "Pere Quart"

PROGRAMA DE TALLERS

Abril - juliol 2025

Joan Oliver "Pere Quart"



Ajuntament de
Barcelona

Districte de
les Corts

CURSOS I TALLERS

ART I DISSENY	pàg. 04
MÚSICA I VEU	pàg. 06
ARTS ESCÈNIQUES	pàg. 06
HUMANITATS I CIÈNCIES SOCIALS	pàg. 06
INFORMÀTICA I COMUNITAT DIGITAL	pàg. 08
IDIOMES	pàg. 09
BALLS I DANSES	pàg. 10
BENESTAR EMOCIONAL	pàg. 12
SALUT FÍSICA	pàg. 13
TALLERS PER A GENT GRAN	pàg. 17
TALLERS PER A INFANTS I ADOLESCENTS	pàg. 18
MONOGRÀFICS	pàg. 18
JULIOL	pàg. 20

RENOVACIONS DE TALLERS

Del 24 de febrer a les 10.00 h, fins el 9 de març.

INSCRIPCIONS EN LÍNIA

A partir de dilluns, 10 de març, a les 10.00 h.

INSCRIPCIONS PRESENCIALS

A partir de dilluns, 10 de març, de 10.00 a 21.00 h.

INICI DELS TALLERS

Dilluns, 31 de març.



ACTIVITAT GRATUÏTA



NOU



INNOVACIÓ SOCIAL

INSCRIPCIONS

NORMATIVA D'INSCRIPCIONS PRESENCIALS AL CENTRE

Per formalitzar les inscripcions heu de seguir la normativa següent:

- Es considera que la plaça està ocupada quan s'ha fet el pagament.
 - Les inscripcions presencials es prioritzen per a les persones que tenen dificultats de registre en línia. Recomanem que feu la inscripció en línia si disposeu dels recursos i coneixements necessaris.
 - En cap cas es reserva plaça per telèfon.
 - Cada persona es pot inscriure en els tallers i pot inscriure-hi un màxim de dues persones més.
 - El centre es reserva el dret de suspendre les activitats que no tinguin un nombre mínim de participants.
 - En cas que la persona usuària es doni de baixa d'un taller en què s'hagi inscrit, ha de notificar-ho durant el període de devolucions.
 - Abans de l'inici de l'activitat es podrà sol·licitar la devolució de l'import d'inscripció. Un cop iniciada l'activitat, després de la primera sessió, només s'acceptarà la devolució proporcional de les activitats fins al 50% del total de les sessions programades amb justificant mèdic o justificant laboral. Un cop s'acabi el 50% de les sessions programades no es retornaran, en cap cas, els diners de l'activitat, i amb un termini màxim d'un mes després del trimestre que cal retornar.
 - El centre es reserva el dret a canviar el professorat en cas necessari.
 - Es recuperaran les classes que es perdin per causes alienes a l'alumnat.
 - El material fungible que sigui necessari per als tallers és a càrrec de l'alumnat. A la informació de cada taller s'especifica quin és aquest plus econòmic.
 - El centre declina tota responsabilitat sobre el material personal i les produccions de les persones usuàries. Per aquest motiu us demanem que no deixeu a l'equipament cap material de valor, ni econòmic ni personal.
 - Els o les acompanyants de les persones amb discapacitat que necessitin suport per fer l'activitat estan exempts del pagament de la matrícula.
 - Les persones que estiguin a l'atur tenen un descompte del 50% en el preu d'un taller al trimestre. En aquest cas, cal aportar la vida laboral i el padró actualitzat dels últims tres mesos.
 - Així mateix, les persones **amb algun tipus de discapacitat residents al municipi** tenen una reducció segons diversos criteris establerts al BOPB. En aquest cas, cal aportar el padró actualitzat dels últims tres mesos i la targeta acreditativa. Recordem que, per a qui es vulgui acollir a aquests descomptes, pot fer la inscripció presencial o en línia. I cal mostrar la documentació sol·licitada com a màxim abans del **24 de març**.
- NORMATIVA D'INSCRIPCIONS EN LÍNIA**
- Les inscripcions es poden fer al web ajuntament.barcelona.cat/ccivics/perequart.
 - Les places són limitades en totes les activitats.
 - Recordeu que amb una adreça electrònica concreta només es pot registrar una persona. Si voleu registrar una altra persona, heu d'utilitzar una altra adreça.
 - Abans de l'inici de l'activitat es podrà sol·licitar la devolució de l'import d'inscripció. Un cop iniciada l'activitat, després de la primera sessió, només s'acceptarà la devolució proporcional de les activitats fins al 50% del total de les sessions programades amb justificant mèdic o justificant laboral. Un cop finalitzat el 50% de les sessions programades no es retornaran, en cap cas, els diners de l'activitat, i amb un termini màxim d'un mes després del trimestre que cal retornar.
 - En cas que la persona usuària es doni de baixa d'un taller en què s'hagi inscrit, ha de notificar-ho durant el període de devolucions.

CURSOS I TALLERS

ART I DISSENY

DIBUIX I PINTURA

DEL 31 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Grup A: dilluns, de 18.00 a 20.00 h (9 sess.)

Professional: Anna Bafalluy

Preu: 100,62 €

DEL 2 D'ABRIL A L'11 DE JUNY

Grup B: dimecres, de 9.30 a 11.30 h (10 sess.)

Grup C: dimecres, d'11.30 a 13.30 h (10 sess.)

Professional: Jesús Teodoro Martín

Preu: 111,80 €

Cal dur fulls de paper de dibuix o d'apunts, carbó, goma i un drap.

PINTURA AMB AQUAREL·LA

DEL 3 D'ABRIL AL 12 DE JUNY

Dijous, de 9.30 a 11.30 h (9 sess.)

Professional: Jesús Teodoro Martín

Preu: 100,62 €

Cal portar paper d'aquarel·la, colors, pinzells, llapis i goma.

PINTURA DE RETRAT

DEL 3 D'ABRIL AL 12 DE JUNY

Dijous, d'11.30 a 13.30 h (9 sess.)

Professional: Jesús Teodoro Martín

Preu: 100,62 €

En aquest taller aprendrem les diferents tècniques per representar l'aparença visual d'un rostre.

Cal portar llapis núm. 2B i 6B i paper de dibuix DIN A3.

CERÀMICA

DEL 3 D'ABRIL AL 12 DE JUNY

Grup A: dijous, de 16.00 a 18.00 h (9 sess.) Nivell avançat

Grup B: dijous, de 18.05 a 20.05 h (9 sess.) Nivell iniciació

Preu: 100,62 € + 12,10 € de material

DE L'1 D'ABRIL AL 10 DE JUNY

Grup C: dimarts de 10.00 a 12.00 h (10 sess.) Nivell iniciació

Professional: Yolanda Martínez

Preu: 111,80 € + 12,10 € de material

Una introducció a les diferents formes de modelar el fang i elaborar objectes, i iniciació al disseny i l'escultura. Descobrirem l'ampli ventall de la decoració de figures de fang.

COSTURA AMB MÀQUINA DE COSIR (INICIACIÓ)

DEL 31 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Dilluns, d'11.00 a 12.30 h (9 sess.)

Professional: Anna Cortada

Preu: 75,46 €

Aprendrem a fer funcionar la màquina de cosir, les diferents variants, amb diferents teixits i fornitures. Practicarem diferents tipus de costura, cosirem

CURSOS I TALLERS

cremalleres i botons, i també treballarem amb diferents aplicacions tèxtils. No calen coneixements previs. Per a aquest taller cal portar màquina de cosir i retalls de roba.

COSTURA AMB MÀQUINA DE COSIR (INICIACIÓ INTERMEDI)

DEL 31 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Dilluns, de 12.30 a 14.00 h (9 sess.)

Professional: Anna Cortada

Preu: 75,46 €

Aprendrem a prendre mides i fer càlculs sobre la tela, dominar el traçat dels patrons i el tall de les peces, controlar l'ús de la màquina de cosir amb les diferents variants i diferents teixits. Per a aquest taller cal portar màquina de cosir.

COSTURA AMB MÀQUINA DE COSIR (INTERMEDI)

DE L'1 D'ABRIL AL 10 DE JUNY

Dimarts, de 17.00 a 18.30 h (10 sess.)

Professional: Anna Cortada

Preu: 83,85 €

Aprendrem a prendre mides i fer càlculs sobre la tela, dominar el traçat dels patrons i el tall de les peces, controlar l'ús de la màquina de cosir amb les diferents variants i diferents teixits. Per a aquest taller cal portar màquina de cosir.

COSTURA AMB MÀQUINA DE COSIR (AVANÇAT)

DE L'1 D'ABRIL AL 10 DE JUNY

Dimarts, de 18.35 a 20.05 h (10 sess.)

Professional: Anna Cortada

Preu: 83,85 €

Aprendrem a prendre mides i fer càlculs sobre la tela, dominar el traçat dels patrons i el tall de les peces, controlar l'ús de les eines de costura més importants, amb diferents variants i diferents teixits, adaptar models segons les talles, fer tot tipus d'arranjaments i modernització de peces. Per a aquest taller cal portar màquina de cosir.

ESPAI DE CREACIÓ OBERT (ECO)

DEL 2 D'ABRIL AL 18 DE JUNY

Dimecres, de 16.00 a 17.30 h (12 sess.)

Professional: Montserrat Rigol, acompanyament artístic.

El Taller Obert del Centre Cívic Joan Oliver "Pere Quart" és una activitat en col·laboració amb el Grup CHM Salut Mental, entitat que desenvolupa un programa d'art comunitari, l'ArtCom, amb l'objectiu de fomentar la participació en projectes de creació artística que impulsen processos de creació col·laborativa i de lògica comunitària. Aquest és un espai obert a qualsevol disciplina artística on es poden compartir coneixements i experimentar, col·laborar i crear amb altres persones projectes relacionats amb l'art.

MÚSICA I VEU**GUIARRA****DEL 4 D'ABRIL AL 13 DE JUNY**

Divendres, de 16.00 a 17.00 h
(10 sess.)

Professional: Jordi Fernández

Preu: 55,90 €

Un taller de guitarra en què la metodologia activa i l'empremta de Jordi Novell, guitarrista, us farà gaudir de l'instrument des del principi.

ARTS ESCÈNIQUES**COMPANYIA DE TEATRE PERE QUART****DEL 31 DE MARÇ AL 16 DE JUNY**

Dilluns, de 17.30 a 19.00 h (9 sess.)

Professional: Laura Solé

Preu: 47,53 €

*Taller amb preu d'interès territorial per promoure la inclusió.

El teatre és la disciplina en què millor s'aprecia la relació entre cultura i felicitat. Des d'aquesta visió seguim fent teatre com una eina de comunicació i un espai de relació sense barreres.

TEATRE**DEL 31 DE MARÇ AL 16 DE JUNY**

Dilluns, de 19.00 a 21.00 h (9 sess.)

Professional: Laura Solé

Preu: 100,62 €

Aprenem diferents tècniques i metodologies. Crearem diverses escenes teatrals, sorgides de les improvisacions que anem practicant a classe i de diversos textos.

HUMANITATS I CIÈNCIES SOCIALS**ESCRIU LA TEVA NOVEL·LA (INTERMEDI)****DE L'1 D'ABRIL AL 10 DE JUNY**

Dimarts, de 17.30 a 19.00 h (10 sess.)

Professional: Laura Gomara

Preu: 83,85 €

Aquest curs és per si ja tens uns coneixements bàsics de narrativa i un projecte de novel·la començat, però vols ampliar la teva base teòrica al mateix temps que avances amb el teu projecte. Treballarem els projectes de novel·la, farem teoria avançada i analitzarem un llibre al trimestre per veure quins recursos s'han fet servir per construir-lo.

NOVEL·LA AVANÇAT**DE L'1 D'ABRIL AL 10 DE JUNY**

Dimarts, de 19.00 a 20.30 h (10 sess.)

Professional: Laura Gomara

Preu: 83,85 €

Aquest curs està pensat per a les persones que ja tenen coneixements sòlids de narrativa i un projecte de novel·la començat. A les sessions, treballarem per torns els vostres projectes. Recomanem que només s'hi apuntin persones amb una novel·la en marxa, perquè no hi haurà teoria.

TALLER DE LECTURA**DEL 3 D'ABRIL AL 12 DE JUNY**

Dijous, de 10.00 a 11.30 h (9 sess.)

Professional: Laura Gomara

Preu: 75,46 €

En aquest taller llegirem i comentarem contes i novel·les breus molt diferents entre si. Per afilar la nostra mirada lectora, ens endinsarem en històries intimistes, fantàstiques, d'idees, clàssiques i actuals. I, el més important, gaudirem de la lectura en companyia.

RUTES PER BARCELONA**DEL 2 D'ABRIL A L'11 DE JUNY**

Dimecres, de 10.00 a 11.30 h

(9,5 sess.)

Professional: Laura Solé

Preu: 78,25 €

El taller es presentarà el 2 d'abril, a les 10.30 h, al centre cívic. Descobreix Barcelona a través d'un recorregut pels seus barris amb més història. Passejarem per la Barceloneta, el Poblenou, la Vila Olímpica i el 22@, descobrint el seu passat mariner i industrial. Explorarem la Vila de Gràcia, el Clot, Sant Andreu de Palomar i Horta, antics nuclis rurals plens d'encant i memòria. I completarem el viatge amb la majestuositat de la Sagrada Família i l'Hospital de Sant Pau, icones del patrimoni modernista.

CONÈIXER BARCELONA**DEL 2 D'ABRIL A L'11 DE JUNY**

Dimecres, d'11.45 a 13.15 h (9,5 sess.)

Professional: Laura Solé

Preu: 78,25 €

El taller es presentarà el 2 d'abril, a les 12.00 h, al centre cívic. Descobreix Barcelona a través d'un recorregut pels seus barris amb més història. Passejarem per la Barceloneta, el Poblenou, la Vila Olímpica i el 22@, descobrint el seu passat mariner i industrial. Explorarem la Vila de Gràcia, el Clot, Sant Andreu de Palomar i Horta, antics nuclis rurals plens d'encant i memòria. I completarem el viatge amb la majestuositat de la Sagrada Família i l'Hospital de Sant Pau, icones del patrimoni modernista.

BARRIS DE BARCELONA**DEL 3 D'ABRIL AL 12 DE JUNY**

Dijous, d'11.45 a 13.15 h (8,5 sess.)

Professional: Laura Solé

Preu: 69,88 €

El taller es presentarà el 3 d'abril, a les 12.00 h, al centre cívic. Passejarem pel Barri Gòtic, bressol de la ciutat romana i medieval, i pel Call Jueu, antic centre de la comunitat hebrea. Explorarem Sant Pere, Santa Caterina i la Ribera, així com el Raval, ple de contrastos i patrimoni. Admirarem el modernisme a la Dreta de l'Eixample, i connectarem amb la vida local a Sant Antoni. Descobrirem la bellesa de Montjuïc amb l'exposició del 1929, el passat industrial de Sants i l'evolució

urbanística de les Corts, per acabar amb els misteris de la Barcelona Fosca. Un viatge inoblidable per conèixer la ciutat amb una nova mirada.

CULTURES DEL PRÒXIM ORIENT I LA MEDITERRÀNIA ANTIGA

DEL 3 D'ABRIL AL 12 DE JUNY
Dijous, de 12.00 a 13.30 h (9 sess.)
Professional: Jordi Pisa
Preu: 75,46 €

El Pròxim Orient i la Mediterrània van ser el bressol on van nàixer a partir del III mil·lenni aC. algunes de les primeres civilitzacions humanes. Aquest trimestre coneixerem la cultura fenícia, poble comerciant que va dominar el Mediterrani als inicis del I mil·lenni aC, estudiarem la misteriosa cultura etrusca i als ibers, poble que va desenvolupar una avançada cultura guerrera a la façana mediterrània de la península Ibèrica.



Foto: Wikipedia

INFORMÀTICA I COMUNITAT DIGITAL

INFORMÀTICA A LA CARTA AMB EL MÓN GOOGLE

DE L'1 D'ABRIL AL 10 DE JUNY
Dimarts, d'11.00 a 12.30 h (10 sess.)
Professional: Jesús Burjalés
Preu: 83,85 €

- Pregunta tots els dubtes que tens i que ningú et respon sobre el món de la informàtica i internet.
- Connecta amb organismes: amb metges del CAP, Generalitat, transports...
- Compra per internet: entrades de teatre, museus, viatges, aplicacions Google, etc.

TELÈFONS INTEL·LIGENTS I TAULETES

DE L'1 D'ABRIL AL 10 DE JUNY
Dimarts, de 12.30 a 14.00 h (10 sess.)
Professional: Jesús Burjalés
Preu: 83,85 €

Curs dirigit a persones amb tauletes i mòbils amb sistema Android. T'ensenyarem tot el que has de saber per treure'n el màxim partit. Cal dur mòbil o tauleta amb sistema Android.



Foto: Freepik

IDIOMES

Aquests tallers són una continuació del trimestre anterior (excepte els cursos assenyalats com a "nou").

ANGLÈS BÀSIC

DE L'1 D'ABRIL AL 10 DE JUNY
Dimarts de 10.00 a 11.30 h (10 sess.)
Professional: Eyecatchingenglish
Preu: 83,85 €

Aprendreu els sons, les entonacions de les frases i el vocabulari bàsic.

ANGLÈS BÀSIC INTERMEDI

DEL 2 D'ABRIL A L'11 DE JUNY
Dimecres, de 10.00 a 11.30 h (10 sess.)
Professional: Eyecatchingenglish
Preu: 83,85 €

Si ja has fet algun curs d'anglès i domines el present simple, els possessius i els demostratius, les preguntes i les negacions, aquest és el teu nivell.

ANGLÈS INTERMEDI

DEL 31 DE MARÇ AL 16 DE JUNY
Grup A: dilluns, de 10.00 a 11.30 h (9 sess.)
Preu: 75,46 €

DE L'1 D'ABRIL AL 10 DE JUNY
Grup B: dimarts, de 17.30 a 19.00 h (10 sess.)
Professional: Amiable Language Services
Preu: 83,85 €

Aprofundeix els teus coneixements d'anglès i amplia vocabulari i gramàtica.

ANGLÈS CONVERSA

DE L'1 D'ABRIL AL 10 DE JUNY
Grup A: dimarts, de 19.00 a 20.30 h (10 sess.)
Professional: Amiable Language Services
DEL 2 D'ABRIL A L'11 DE JUNY
Grup B: dimecres, d'11.30 a 13.00 h (10 sess.)
Professional: Eyecatchingenglish
Grup C: dimecres, de 18.30 a 20.00 h (10 sess.)
Professional: Amiable Language Services
Preu: 83,85 €

Parlarem sobre temes d'actualitat per millorar l'expressió i la fluïdesa oral. Cal tenir un nivell mitjà d'anglès pel que fa a comprensió i l'expressió oral.

ANGLÈS CONVERSA BÀSICA

DEL 31 DE MARÇ AL 16 DE JUNY
Grup A: dilluns, d'11.30 a 12.30 h (9 sess.)
Professional: Amiable Language Services
Preu: 50,31 €
DEL 2 D'ABRIL A L'11 DE JUNY
Grup B: dimecres, de 17.00 a 18.30 h (10 sess.)
Professional: Amiable Language Services
Preu: 83,85 €

Conversarem sobre diferents temes de la vida en general, practicarem aspectes gramaticals i recordarem vocabulari de nivell bàsic.

FRANCÈS CONVERSA INICIACIÓ**DEL 3 D'ABRIL AL 12 DE JUNY**

Dijous, de 17.00 a 18.30 h

(9 sess.)

Professional: Amiable Language Services

Preu: 75,46 €

Conversarem sobre diferents temes de la vida en general, practicarem aspectes gramaticals i recordarem vocabulari de nivell bàsic.

FRANCÈS CONVERSA**DEL 3 D'ABRIL AL 12 DE JUNY**

Dijous, de 18.30 a 20.00 h (9 sess.)

Professional: Amiable Language Services

Preu: 75,46 €

Dirigit a persones que ja saben parlar francès i que volen practicar la conversa, amb la finalitat de millorar-ne la comprensió i l'expressió oral de manera fluida. Calen coneixements mínims de francès pel que fa a la comprensió i l'expressió oral.

ALEMANY BÀSIC**N****DEL 31 DE MARÇ AL 16 DE JUNY**

Dilluns, de 19.30 a 21.00 h (9 sess.)

Professional: Idiomes Tarradellas

Preu: 75,46 €

Curs dirigit a qui vulgui iniciar-se en l'alemany sense tenir coneixements previs. Aquest taller està dissenyat per oferir a l'alumnat una introducció sòlida a l'idioma, centrant-se en els fonaments essencials per comunicar-se en situacions quotidianes.

BALLS I DANSES**LINE DANCE****DEL 2 D'ABRIL A L'11 DE JUNY**

Dimecres, de 21.00 a 22.00 h

(10 sess.)

Professional: Félix López

Preu: 55,90 €

Ball en línia adreçat a tothom que vulgui aprendre coreografies noves i ritmes diferents.

BATXATA I SALSA**DEL 4 D'ABRIL AL 13 DE JUNY**

Divendres, de 12.00 a 13.00 h

(10 sess.)

Professional: Elisabet Castejón

Preu: 55,90 €

Aprendrem els passos bàsics per a poder ballar i gaudir de la batxata i la salsa. La inscripció és individual i cal assistir amb parella.

COUNTRY INICIACIÓ**DEL 4 D'ABRIL AL 13 DE JUNY****Grup A:** divendres, de 9.00 a 10.00 h

(10 sess.)

Professional: Elisabet Castejón

DE L'1 D'ABRIL AL 10 DE JUNY**Grup B:** dimarts, de 19.00 a 20.00 h

(10 sess.)

Professional: Félix López

Preu: 55,90 €

Per iniciar-te en la pràctica d'aquest ball que aporta dinamisme i coordinació.

COUNTRY INICIACIÓ INTERMEDI**DE L'1 D'ABRIL AL 10 DE JUNY****Grup A:** dimarts, de 20.00 a 21.00 h

(10 sess.)

DEL 2 D'ABRIL A L'11 DE JUNY**Grup B:** dimecres, de 19.00 a 20.00 h

(10 sess.)

Professional: Félix López

Preu: 55,90 €

Per als qui ja tenen el nivell d'iniciació assolit i volen noves combinacions de passos i coreografies.

COUNTRY INTERMEDI MATÍ**DEL 31 DE MARÇ AL 16 DE JUNY**

Dilluns, de 12.00 a 13.00 h (9 sess.)

Professional: Elisabet Castejón

Preu: 50,31 €

Avançarem amb noves coreografies i combinacions de passos.

COUNTRY INTERMEDI AVANÇAT**DE L'1 D'ABRIL AL 10 DE JUNY**

Dimarts, de 21.00 a 22.00 h (10 sess.)

Professional: Félix López

Preu: 55,90 €

Per a persones que ja tenen un nivell avançat de country. En aquest taller farem coreografies més complexes i de més ràpides.

ZUMBADANCE**DEL 31 DE MARÇ AL 16 DE JUNY****Grup A:** dilluns, de 18.00 a 19.00 h

(9 sess.)

Professional: Alocubano

DEL 3 D'ABRIL AL 12 DE JUNY**Grup B:** dijous, de 19.00 a 20.00 h

(9 sess.)

Professional: Sabrina Collazo

Preu: 50,31 €

Ball gimnàstic, fàcil de seguir, que s'inspira en la música llatina internacional per cremar calories, millorar la condició física, la coordinació i proporcionar benestar al cos i a la ment. Cal portar tovallola i aigua.

SEVILLANES INICIACIÓ INTERMEDI**DEL 31 DE MARÇ AL 16 DE JUNY**

Dilluns, de 9.00 a 10.00 h (9 sess.)

Professional: Elisabet Castejón

Preu: 50,31 €

Cal tenir coneixements bàsics per fer aquest taller, en què aprendrem els moviments bàsics.

BALL EN LÍNIA**DEL 4 D'ABRIL AL 13 DE JUNY**

Divendres, d'11.00 a 12.00 h

(10 sess.)

Professional: Elisabet Castejón

Preu: 55,90 €

Activitat coreogràfica, divertida i social, que barreja diferents estils de ball i músiques.

DANSA DEL VENTRE**DEL 3 D'ABRIL AL 12 DE JUNY**

Dijous, de 19.00 a 20.30 h (9 sess.)

Professional: Alocubano

Preu: 75,46 €

Dansa ancestral que ens permet connectar amb l'essència femenina i equilibrar el cos i la ment.

RITMES LLATINS**DEL 3 D'ABRIL AL 12 DE JUNY**

Dijous, de 18.00 a 19.00 h (9 sess.)

Professional: Skilbo

Preu: 50,31 €

Salsa, merengue, batxata o txa-txa-txa són alguns dels balls que trobareu en aquest taller. No cal parella.



Foto: Bing

BENESTAR EMOCIONAL**INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL****DEL 2 D'ABRIL A L'11 DE JUNY**

Dimecres, de 20.00 a 21.00 h

(10 sess.)

Professional: Félix López

Preu: 55,90 €

Descobrirem noves habilitats de vida i benestar. Aconseguirem els nostres objectius i superarem qualsevol obstacle.

TERÀPIA GESTALT**DEL 31 DE MARÇ AL 16 DE JUNY**

Dilluns, de 19.00 a 20.00 h (9 sess.)

Professional: Albert González

Preu: 50,31 €

Treballem l'equilibri de cos, ment i emocions. El taller se centra en la totalitat de la persona, pensaments, sentiments i comportaments inclosos. S'anima la gent a ser més conscient de les seves experiències físiques i emocionals. Us convidem, doncs, a una experiència sensorial, que de segur us remourà per dins.



Foto: Freepik

SALUT FÍSICA**YOGA****DEL 2 D'ABRIL A L'11 DE JUNY****Grup B:** dimecres, d'11.00 a 12.30 h

(10 sess.)

Professional: Skilbo

Preu: 83,85 €

Grup C: dimecres, de 18.00 a 19.00 h

(10 sess.)

Professional: Anna Benítez

DEL 4 D'ABRIL AL 13 DE JUNY**Grup D:** divendres, de 13.00 a 14.00 h

(10 sess.)

Professional: Skilbo

Preu: 55,90 €

Aprendrem postures per tonificar, estirar el cos i respirar correctament. Cal dur una tovallola.

YOGA SUAU**DEL 4 D'ABRIL AL 13 DE JUNY**

Divendres, de 10.00 a 11.00 h

(10 sess.)

Professional: Elisabet Castejón

Preu: 55,90 €

Per a persones amb mobilitat reduïda. Farem estiraments, torsions, equilibri i tècniques de respiració. Cal dur una tovallola.

YOGA ACTIU**DEL 2 D'ABRIL A L'11 DE JUNY**

Dimecres, de 20.00 a 21.00 h

(10 sess.)

Professional: Anna Benítez

Preu: 55,90 €

Una alternativa més dinàmica que enllaça les postures de manera fluida i marcades per la respiració. Cal dur una tovallola.

TAITXÍ**DEL 1 D'ABRIL AL 10 DE JUNY**

Dimarts, de 19.00 a 20.00 h (10 sess.)

Professional: Albert González

Preu: 55,90 €

Mitjançant aquestes tècniques de moviments harmònics, treballarem per mantenir la flexibilitat i el benestar corporal.

TAITXÍ-TXIKUNG**DEL 1 D'ABRIL AL 10 DE JUNY**

Dimarts, de 18.00 a 19.00 h (10 sess.)

Professional: Albert González

Preu: 55,90 €

Pràctica que combina les dues disciplines per millorar la salut física, orgànica i emocional i aportar tranquil·litat i calma mental. Es canalitzen les energies físiques i les emocionals i també la respiració, el moviment, el cos i la ment per millorar el nostre benestar.

ESQUENA SANA**DEL 31 DE MARÇ AL 16 DE JUNY****Grup A:** dilluns, de 13.00 a 14.00 h

(9 sess.)

DEL 3 D'ABRIL AL 12 DE JUNY**Grup B:** dijous, de 13.00 a 14.00 h

(9 sess.)

Professional: Elisabet Castejón

Preu: 50,31 €

Farem exercicis en una cadira i dempeus, amb els quals obrirem l'espai entre vèrtebres i corregirem la postura de l'esquena. També farem una tonificació lleu del cos, sempre mantenint una postura correcta de l'esquena. Cal dur una tovallola.

PILATES TERAPÈUTIC

DE L'1 D'ABRIL AL 10 DE JUNY

Grup A: dimarts, de 10.00 a 11.00 h (10 sess.)
Preu: 55,90 €

DEL 3 D'ABRIL AL 12 DE JUNY

Grup B: dijous, de 9.00 a 10.00 h (9 sess.)
Professional: Skilbo
Preu: 50,31 €

Per enfortir i tenir un control integral del cos, i evitar els desequilibris musculars o articulars. Cal dur una tovallola.

TONIFICACIÓ

DE L'1 D'ABRIL AL 17 DE JUNY

Dimarts i dijous, de 20.05 a 20.50 h (20 sess.)
Professional: Skilbo
Preu: 83,85 €

Exercicis i jocs per aconseguir una bona tonificació, elasticitat i resistència. Cal dur roba còmoda, calçat apropiat, una tovallola i aigua.

PILATES

DEL 31 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Grup A: dilluns, de 12.00 a 13.00 h (9 sess.)
Professional: Vania Álvarez
Grup B: dilluns, de 19.00 a 20.00 h (9 sess.)
Professional: Alocubano
Preu: 50,31 €

DE L'1 D'ABRIL AL 10 DE JUNY

Grup D: dimarts, de 19.00 a 20.00 h (10 sess.)

DEL 2 D'ABRIL A L'11 DE JUNY

Grup E: dimecres, de 19.00 a 20.00 h (10 sess.)
Preu: 55,90 €

DEL 3 D'ABRIL AL 12 DE JUNY

Grup F: dijous, de 19.00 a 20.00 h (9 sess.)
Grup G: dijous, de 20.00 a 21.00 h (9 sess.)
Professional: Anna Benítez
Preu: 50,31 €

Descobreix el mètode Pilates, un sistema d'entrenament físic i mental que uneix el dinamisme i la força muscular, la ment, la respiració i la relaxació. Cal dur roba còmoda, mitjons i una tovallola.

POSA'T +

DEL 31 DE MARÇ AL 18 DE JUNY

Grup A: dilluns i dimecres, de 10.00 a 10.45 h (20 sess.)
DE L'1 D'ABRIL AL 17 DE JUNY
Grup B: dimarts i dijous, de 9.15 a 10.00 h (20 sess.)
Grup C: dimarts i dijous, de 10.00 a 10.45 h (20 sess.)
Professional: Elisabet Castejón
Preu: 83,85 €

Cal dur una tovallola.

TBC (CONDICIONAMENT CORPORAL TOTAL)

DEL 31 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Dilluns, de 20.00 a 21.00 h (9 sess.)
Professional: Alocubano
Preu: 50,31 €

Barreja d'exercicis aeròbics i de tonificació. Cal dur roba còmoda, calçat apropiat, una tovallola i aigua.

ESTIRAMENTS

DEL 31 DE MARÇ AL 18 DE JUNY

Dilluns i dimecres, de 13.00 a 13.45 h (20 sess.)
Professional: Vania Álvarez
Preu: 83,85 €

Tècnica dolça per estirar els músculs, relaxar i disminuir l'estrès i millorar la postura i l'equilibri. Cal dur una tovallola.

GIM SUAU

DE L'1 D'ABRIL AL 17 DE JUNY

Dimarts i dijous, de 18.15 a 19.00 h (20 sess.)
Professional: Anna Benítez
Preu: 83,85 €

Activitat per millorar la mobilitat articular i la forma física. Adreçat a persones que vulguin estar en forma de manera suau i entretinguda. Cal dur roba còmoda, calçat apropiat, una tovallola i aigua.

CORRECCIÓ POSTURAL

N

DEL 2 D'ABRIL A L'11 DE JUNY

Dimecres, de 19.00 a 20.00 h (10 sess.)
Professional: Skilbo
Preu: 55,90 €

Farem exercicis que ens ajudaran a millorar la postura i estirar el cos de manera correcta.

RELAXACIÓ I ESTIRAMENTS

DEL 31 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Dilluns, de 19.00 a 20.00 h (9 sess.)
Professional: Alocubano
Preu: 50,31 €

Farem exercicis de relaxació, respiració i estiraments, per connectar i guanyar energia i fortalesa corporal. Cal dur una tovallola.

GAC (GLUTIS, ABDOMINALS I CAMES)

DEL 31 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Dilluns, de 18.00 a 19.00 h (9 sess.)
Professional: Alocubano
Preu: 50,31 €

Treballarem aquestes tres parts del cos, per enfortir-les de manera localitzada. Cal dur una tovallola.

OSTEOPILATES**DEL 31 DE MARÇ AL 16 DE JUNY**

Dilluns, d'11.00 a 12.00 h

(9 sess.)

Professional: Vania Álvarez

Preu: 50,31 €

A través d'exercicis de pilates, enfortim els ossos i això previndrà possibles fractures.

MARXA NÒRDICA**DEL 2 D'ABRIL A L'11 DE JUNY**

Dimecres, de 9.30 a 11.00 h

(10 sess.)

Professional: Uma Baldrich

Preu: 83,85 €

Exercici aeròbic integral que treballa simultàniament la resistència, la força, la flexibilitat, la coordinació i l'equilibri. És graduable en intensitat per a cada persona, segons edat, condició física prèvia i objectiu. A més, millora la postura i es practica a l'aire lliure.

IOGAPILATES**DEL 2 D'ABRIL A L'11 DE JUNY**

Dimecres, de 18.00 a 19.00 h

(10 sess.)

Professional: Skilbo

Preu: 55,90 €

Combinació de les tècniques de ioga amb exercicis del pilates. Una pràctica integral per trobar l'equilibri entre cos i ment. Cal dur una tovallola.

MEDITACIÓ**DEL 2 D'ABRIL A L'11 DE JUNY**

Dimecres, de 20.00 a 21.00 h

(10 sess.)

Professional: Skilbo

Preu: 55,90 €

Treballarem pràctiques de respiració senzilles i assequibles per acompanyar-nos en el procés d'aprendre a calmar la nostra ment i trobar la tranquil·litat dins nostre. La pràctica de la meditació té molts beneficis, entre ells asserenar el nostre sistema nerviós i ens permet reduir els nivells d'estrès i ansietat propis de la immediatesa de la vida moderna. Cal dur una tovallola.

PILATES INTENS**DEL 1 D'ABRIL AL 10 DE JUNY**

Dimarts, de 9.00 a 10.00 h

(10 sess.)

Professional: Skilbo

Preu: 55,90 €

Millora la tècnica, la condició física i mental, a través d'exercicis dinàmics, funcionals i respiratoris. Cal dur una tovallola.

ESTIRAMENTS MIGDIA**DEL 1 D'ABRIL AL 10 DE JUNY**

Dimarts, de 14.00 a 15.00 h (10 sess.)

Professional: Skilbo

Preu: 55,90 €

Entrena la flexibilitat, millora la postura i evita dolors corporals i contractures. Treballarem a través de la gimnàstica postural i els estiraments. L'objectiu d'aquest curs és augmentar el rang de moviment articular, tenir una postura millor i reduir tensions musculars diàries. Cal dur una tovallola.

ESTIRAMENTS MATÍ**DEL 2 D'ABRIL A L'11 DE JUNY**

Dimecres, de 10.00 a 11.00 h

(10 sess.)

Professional: Skilbo

Preu: 55,90 €

Aprendrem a augmentar el rang de moviment articular, tenir una postura millor i reduir tensions musculars diàries. Cal dur una tovallola.

REFORÇ DEL SÒL PELVIÀ**DEL 4 D'ABRIL AL 13 DE JUNY**

Divendres, de 9.00 a 10.00 h

(10 sess.)

Professional: Skilbo

Preu: 55,90 €

Practica la gimnàstica hipopressiva i descobreix els múltiples beneficis que aporta. Treballarem a partir d'exercicis teòrics i pràctics i del control de la respiració. Cal dur una tovallola.

TALLERS PER A GENT GRAN**COR JOVE****DEL 31 DE MARÇ AL 18 DE JUNY**

Grup A: dilluns i dimecres, d'11.00 a 12.00 h (20 sess.)

DE L'1 D'ABRIL AL 17 DE JUNY

Grup B: dimarts i dijous, d'11.00 a 12.00 h (20 sess.)

Grup C: dimarts i dijous, de 12.00 a 13.00 h (20 sess.)

Professional: Elisabet Castejón

Preu: 52,80 €

BALLS AMB RITME**DEL 2 D'ABRIL A L'11 DE JUNY**

Dimecres, de 9.00 a 10.00 h (10 sess.)

Professional: Elisabet Castejón

Preu: 26,40 €

Per aprendre a ballar tot tipus de balls de totes les èpoques a bon ritme.

ACTIVA-MENT**DEL 1 D'ABRIL AL 10 DE JUNY**

Grup A: dimarts, de 13.00 a 14.00 h (10 sess.)

DEL 4 D'ABRIL AL 13 DE JUNY
Grup B: divendres, de 13.00 a 14.00 h (10 sess.)

Professional: Elisabet Castejón

Preu: 26,40 €

Taller per mantenir la ment jove i activa mentre exercitem la memòria.

TALLERS PER A INFANTS I ADOLESCENTS

EVOLUCIÓ DE LA DANSA

DEL 31 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Dilluns, de 17.00 a 18.00 h (9 sess.)

Edat: de 3 a 6 anys

Professional: Eva Fajardo

Preu: 26,19 €

Aprendrem els primers passos de la dansa, un recorregut per tots els diferents balls, en què el ritme, la coordinació i l'harmonia del cos seran els objectius principals.

BALL INFANTIL

DEL 31 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Dilluns, de 17.00 a 18.00 h (9 sess.)

Edat: de 6 a 10 anys

Professional: Alocubano

Preu: 26,19 €

Ballarem de forma divertida i sense parar. Al ritme de les cançons farem una coreografia senzilla. Alhora que ens aporta benefici per a la salut física, ens divertim i ens relacionem.



Foto: Freepik

MONOGRÀFICS

N

ESPELMES AROMÀTIQUES

DIMECRES, 16 D'ABRIL

D'11.00 a 12.30 h

Professional: Sanarte

Preu: 9,87 € + 6,50 € de material

Aprendrem les tècniques per fer espelmes aromàtiques de forma artesanal. Al final del taller us emportareu la vostra creació.

ACROIOGA

DEL 16 AL 30 D'ABRIL

dimecres, de 19.00 a 20.30 h

Professional: Skilbo

Preu: 29,62 €

Activitat que es realitza en parella i combina l'equilibri acrobàtic i el ioga. On aprendrem a mantenir-nos connectats amb el cos i la ment, millorant la flexibilitat i la respiració.

KOKEDAMA

DIVENDRES, 9 DE MAIG

De 18.00 a 20.00 h

Professional: Skilbo

Preu: 13,16 € + 11 € de material

Taller on farem un jardí esfèric o kokedama i coneixerem el substrat ideal, quines plantes utilitzar i com dur a terme aquesta singular manera de cultivar plantes d'origen japonès. Cal dur guants i davantal.

ESCRIURE EL JO

DIVENDRES, 16 DE MAIG

De 18.00 a 19.30 h

Professional: Laura Gomara

Preu: 9,87 €

Presentarem els diversos tipus de text que podem escriure quan volem parlar des del jo, i treballarem algunes eines que ens ajudaran a desbloquejar-nos per enfrontar-nos amb serenitat a aquest tipus d'escriptura.

JARDINET EN AMPOLLA

DIVENDRES, 23 DE MAIG

De 18.00 a 20.00 h

Professional: Skilbo

Preu: 13,16 € + 17,50 € de material

Aprèn a construir un petit jardí autoregular en una ampolla de vidre. Una peça decorativa única amb plantes vives que crearan un petit ecosistema. Parlarem de tot el que hem de saber per fer un terrari (tipus de plantes, substrats, cures...) Cal dur guants i davantal.

ESPELMES DECORATIVES

DIVENDRES, 13 DE JUNY

D'11.00 a 13.00 h

Professional: Sanarte

Preu: 13,16 € + 7,20 € de material

Aprendrem les tècniques per elaborar les espelmes, tant en got com tridimensional de forma artesanal, i creareu la vostra pròpia espelma. Quan acabeu el taller us la podreu emportar.

CLOENDA D'ACTIVITATS

EXHIBICIÓ DE TALLERS

DIJOUS, 19 DE JUNY

A les 19.00 h

Mostra de tallers duts a terme en el centre cívic.

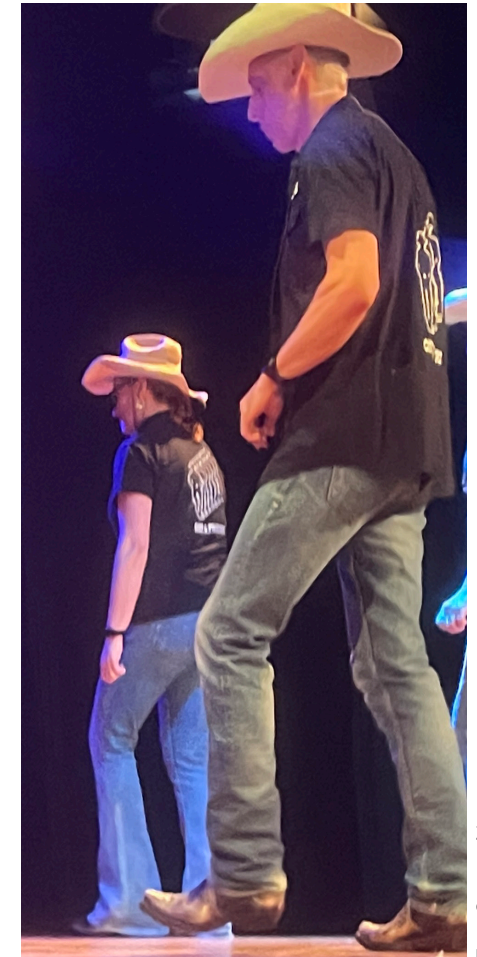


Foto: Centre cívic

TALLERS JULIOL



Foto: Freepik

INSCRIPCIONS PRESENCIALS I EN LÍNIA

A partir de dilluns, 16 de juny, a les 10.00 h.

La documentació per a les inscripcions amb descompte s'ha de presentar al centre abans del 20 de juny.

MONOGRÀFICS

N

RITMES LLATINS

DEL 30 DE JUNY AL 9 DE JULIOL

Dilluns i dimecres de 10.00 a 11.00 h
(4 sess.)
Professional: Elisabet Castejón
Preu: 26,33 €

Salsa, merengue, batxata o txa-txa-txa són alguns dels balls que trobareu en aquest taller. No cal parella.

RUMBA FLAMENCA

DEL 30 DE JUNY AL 9 DE JULIOL

Dilluns i dimecres d'11.00 a 12.00 h
(4 sess.)
Professional: Elisabet Castejón
Preu: 26,33 €

Ball que barreja la rumba catalana amb el flamenc.

APUNTS VIATGERS

DIJOUS, 3 DE JULIOL

De 18.00 a 20.00 h
Professional: Laura Gomara
Preu: 13,16 €

Taller on presentarem eines per què puguis prendre notes i escriure sobre els teus viatges.

RESPIRACIÓ CONSCIENT

DEL 4 A L'11 DE JULIOL

Divendres de 10.00 a 11.00 h
(2 sess.)
Professional: Elisabet Castejón
Preu: 13,16 €

Ens endinsarem una mica més en la teva respiració, a realitzar-la de manera conscient, a aprofundir en ella i permetre't sentir tot allò que aparegui sota la seva presència.

VISIONS DIFERENTS

DEL 4 A L'11 DE JULIOL

Divendres d'11.00 a 12.00 h
(2 sess.)
Professional: Elisabet Castejón
Preu: 13,16 €

Descobrirem diferents visions de la vida i com gestionar les nostres emocions.

PRACTIQUEM L'ESCRITURA

DIMARTS, 8 DE JULIOL

De 18.00 a 20.00 h
Professional: Laura Gomara
Preu: 13,16 €

Practicarem l'escriptura de textos breus fent servir diverses tècniques: escriptura automàtica, descripció d'un record, reflexió sobre un tema, evocació de les emocions d'una cançó. És un taller pensat per perdre la por a escriure i fugir del perfeccionisme.

CONTES BREUS

DIJOUS, 10 DE JULIOL

De 10.00 a 11.30 h
Professional: Laura Gomara
Preu: 9,87 €

Compartirem el plaer de llegir i escriure contes breus i microrelats.

BARCELONA A TRAVÉS DEL CINEMA

DIMECRES, 9 DE JULIOL

De 10.00 a 14.00 h
Professional: Laura Solé
Preu: 19,75 €

A través d'aquest monogràfic, viatjarem pels barris de Sant Pere, Santa Caterina i la Ribera, el Barri Gòtic i el Raval, desxifrant les escenes més emblemàtiques de diversos personatges cinematogràfics que han trepitjat Barcelona. A mitja ruta, es farà una parada per prendre alguna cosa i compartir opinions com si fóssim grans directors de cinema. Consumició no inclosa en el preu.

TALLER DE LECTURA

DIJOUS, 10 DE JULIOL

D'11.30 a 13.00 h
Professional: Laura Gomara
Preu: 9,87 €

Aprendrem eines, recomanacions i estratègies per apropar-nos a uns llibres que de vegades ens aclaparen, els clàssics.

TALLERS

BALL EN LÍNIA

DEL 30 DE JUNY AL 7 DE JULIOL
Dilluns de 12.00 a 13.00 h (2 sess.)
Professional: Elisabet Castejón
Preu: 11,18 €

Ball en línia adreçat a tothom que vulgui aprendre coreografies noves i ritmes diferents.

TERÀPIA GESTALT

DEL 30 DE JUNY AL 7 DE JULIOL
Dilluns, de 19.00 a 20.00 h (2 sess.)
Professional: Albert González
Preu: 11,18 €

Treballem l'equilibri de cos, ment i emocions. El taller se centra en la totalitat de la persona, pensaments, sentiments i comportaments inclosos. S'anima la gent a ser més conscient de les seves experiències físiques i emocionals.

IOGAPILATES

DEL 30 DE JUNY AL 9 DE JULIOL
Dilluns i dimecres de 19.00 a 20.00 h (4 sess.)
Professional: Anna Benítez
Preu: 22,36 €

Combinació de les tècniques de ioga amb exercicis del pilates. Una pràctica integral per trobar l'equilibri entre cos i ment. Cal dur una tovallola.

MEDITACIÓ I RELAXACIÓ

DEL 30 DE JUNY AL 9 DE JULIOL
Dilluns i dimecres de 20.00 a 21.00 h (4 sess.)
Professional: Anna Benítez
Preu: 22,36 €

Aprendrem i practicarem exercicis de respiració conscient, respiracions guiades i visualitzacions positives que et permetran connectar amb el nostre cos i ment i ens aportaran pau i serenor. Cal dur una tovallola.

POSA'T

DE L'1 AL 10 DE JULIOL
Dimarts i dijous de 9.00 a 10.00 h (4 sess.)
Professional: Elisabet Castejón
Preu: 22,36 €

Cal dur una tovallola.

TAITXÍ-TXIKUNG

DE L'1 AL 8 DE JULIOL
Dimarts, de 18.00 a 19.00 h (2 sess.)
Professional: Albert González
Preu: 11,18 €

Pràctica que combina les dues disciplines per millorar la salut física, orgànica i emocional i aportar tranquil·litat i calma mental. Es canalitzen les energies físiques i les emocionals i també la respiració, el moviment, el cos i la ment per millorar el nostre benestar.

TAITXÍ

DE L'1 AL 8 DE JULIOL
Dimarts, de 19.00 a 20.00 h (2 sess.)
Professional: Albert González
Preu: 11,18 €

Mitjançant aquestes tècniques de moviments harmònics, treballarem per mantenir la flexibilitat i el benestar corporal.

ESQUENA SANA

DE L'1 AL 8 DE JULIOL
Grup A: dimarts d'11.00 a 12.00 h (2 sess.)
DEL 3 AL 10 DE JULIOL
Grup B: dijous d'11.00 a 12.00 h (2 sess.)
Professional: Elisabet Castejón
Preu: 11,18 €

Sessions basades en exercicis de flexibilitat, mobilitat, equilibri i força per enfortir i prevenir lesions. Cal dur una tovallola.

ESTIRAMENTS

DEL 2 AL 9 DE JULIOL
Dimecres de 12.00 a 13.00 h (2 sess.)
Professional: Elisabet Castejón
Preu: 11,18 €

Per relaxar, disminuir l'estrès i millorar la postura i l'equilibri. Cal dur una tovallola.

TALLERS PER A GENT GRAN

COR JOVE

DE L'1 AL 10 DE JULIOL
Dimarts i dijous de 10.00 a 11.00 h (4 sess.)
Professional: Elisabet Castejón
Preu: 10,56 €

Programa per a la gent gran que vol mantenir el seu cos a punt, amb exercicis que reforçaran els moviments quotidians, combinat amb una petita relaxació del cos i la ment.

ACTIVA-MENT

DE L'1 AL 10 DE JULIOL
Dimarts i dijous de 12.00 a 13.00 h (4 sess.)
Professional: Elisabet Castejón
Preu: 10,56 €

Taller per mantenir la ment jove i activa mentre exercitem la memòria.

MANDALES

DEL 4 A L'11 DE JULIOL
Divendres de 12.00 a 13.00 h (2 sess.)
Professional: Elisabet Castejón
Preu: 5,28 €

Dibuixar i pintar mandales ens ordena, ens centra, ens ajuda a desconectar, a relaxar-nos i a oblidar-nos dels problemes.

MAPA

METRO: L5 Badal - L3 Les Corts
BUS: H8, H10, 52, 54, 70, V3, D20, N2, N3, N14
BICING: a 50 metres



ADREÇA

CENTRE CÍVIC JOAN OLIVER
“PERE QUART”
Comandant Benítez, 6
Tel.: 933 398 261
Web: ccperequart.com o bcn.cat/lescorts
A/e: perequart@lleuresport.cat

HORARIS

Horari d'obertura del centre:
De dilluns a divendres, de 9.00 a 22.00 h
Dissabtes i diumenges, de 9.00 a 14.00 h

INFORMACIÓ ADDICIONAL



Adaptat per a persones amb
mobilitat reduïda

PER A MÉS INFORMACIÓ

[ajuntament.barcelona.cat/ccivics/
perequart](http://ajuntament.barcelona.cat/ccivics/perequart)
A/e: perequart@lleuresport.cat
Facebook: Centre Cívic Joan
Oliver Pere Quart
Twitter: @CCPere Quart
