

Vil·la Urània

# TALLERS CULTURALS

Juny - setembre 2025

Vil·la Urània



Ajuntament de  
Barcelona





---

## ÍNDEX

---

---

### CENTRE CÍVIC VIL·LA URÀNIA

---

Presentació pàg. 04

---

### TALLERS

---

Art tèxtil pàg. 08  
Idiomes pàg. 15  
Art i creació pàg. 16  
Cos i moviment pàg. 18  
Cuina pàg. 22  
Gent gran pàg. 24

---

### SERVEI D'INFÀNCIA I FAMÍLIES

---

Espai familiar de Criança Municipal La Saleta pàg. 26  
Casal Infantil pàg. 28

---

### ASSOCIACIÓ D'ENTITATS

---

Qui som? pàg. 29

---

### CALENDARI D'ACTIVITATS

---

#### Segueix-nos a:

-  [barcelona.cat/ccvil.laurania](http://barcelona.cat/ccvil.laurania)
-  [facebook.com/vilaurania](https://facebook.com/vilaurania)
-  [@vilaurania](https://twitter.com/vilaurania)
-  [@galeria\\_urania](https://www.instagram.com/galeria_urania)
-  [@vilaurania](https://www.instagram.com/vilaurania)

De dilluns a divendres, de 9 a 22 h; dissabtes, de 10 a 14 h i de 16 a 20 h.



## QUI SOM?

Vil·la Urània és un **equipament** municipal del Districte de Sarrià-Sant Gervasi que vol esdevenir un referent del barri del Putxet i el Farró. Es tracta d'un **espai de cultura** amb caràcter intergeneracional i una àmplia diversitat d'interessos i temàtiques, amb una programació participativa i oberta a tothom, on la funció de **les entitats veïnals** i l'**Associació d'Entitats de Vil·la Urània** hi tenen un paper cabdal.

Vil·la Urània disposa d'un **espai familiar de criança municipal** per a infants de 0 a 3 anys, d'un **casal infantil** per a infants de 4 a 12 anys, d'un **centre cívic**, amb tallers per a adults i activitats per a totes les edats i de l'**aula ambiental**, servei d'educació i informació ambiental. A més, aquest equipament desenvolupa dos projectes singulars, l'un que gira al voltant de la **divulgació científica**, conforme al llegat d'en Josep Comas i Solà, i l'altre, la Galeria Urània, que promou l'**art tèxtil & craft**.

## EL LLEGAT DE JOSEP COMAS I SOLÀ

Josep Comas i Solà (1868-1937) va ser un astrònom i divulgador científic barceloní. Pioner de l'astronomia moderna, va realitzar moltes de les seves observacions des del seu domicili, a Vil·la Urània. En morir, va llegar aquest edifici a la ciutat de Barcelona demanant expressament que es fes servir com a "observatori popular, grup escolar o institució cultural".

Si en vols saber més, apunta't a les visites guiades a l'exposició permanent de Comas i Solà que s'organitzen trimestralment al centre cívic.

## SERVEIS

### ESPAI POLIVALENT

A la planta baixa del centre trobareu aquesta sala oberta a tothom on podreu llegir, xerrar, passar l'estona, fer temps abans no comenci una activitat, etc. Teniu disponible aquest espai de trobada durant l'horari d'obertura de l'equipament.

### CESSIÓ D'ESPAIS

El Centre Cívic Vil·la Urània posa a la disposició de grups i de les entitats diferents espais i sales per realitzar reunions i activitats. Consulteu-ne la disponibilitat i les condicions.

### CONNEXIÓ WI-FI

Tot l'equipament té connexió lliure a internet mitjançant el servei BARCELONA Wi-Fi.



# tallers

divulgació científica / art tèxtil /  
idiomes / art i creació /  
cos i moviment / cuina



## TALLERS DEL CENTRE CÍVIC

### INSCRIPCIONS ALS TALLERS D'ADULTS: A partir del dimarts 10 de juny.

#### Presencials:

de dilluns a divendres de 10 a 14 i de 16 a 20.30 h.

En línia a partir de les 10 h a través de:

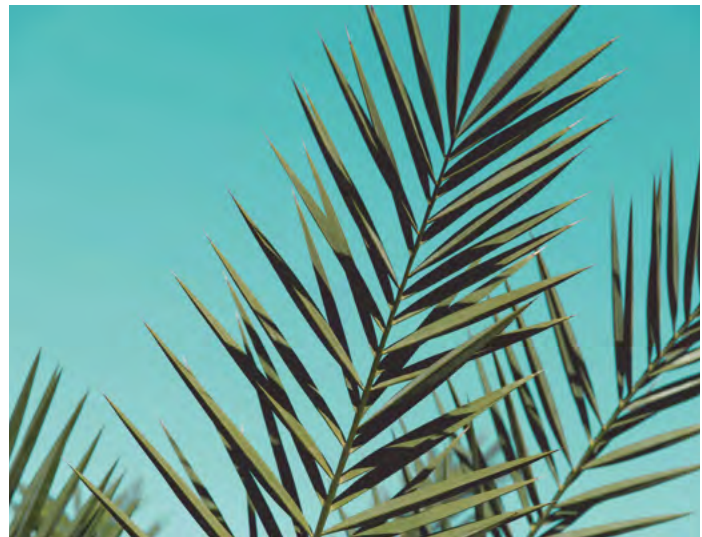
[barcelona.cat/ccvil.laurania](http://barcelona.cat/ccvil.laurania)

#### A tenir en compte:

- El pagament dels tallers es pot fer presencialment (amb targeta bancària o transferència bancària) o en línia. No s'admet el pagament en metàl·lic.
- En aplicació del dret de desistiment segons articles 68 i successius de la Llei general per a la defensa dels consumidors i usuaris, es podrà sol·licitar la devolució de la quota del taller abans que hagin transcorregut 14 dies naturals des de la data en què hagi estat formalitzada la inscripció. Passat aquest termini, no es faran devolucions dels imports exceptuant aquells casos que el taller quedi anul·lat per causes alienes a l'organització o aquells que no tinguin un mínim de persones inscrites. Les devolucions es faran efectives com a màxim en 14 dies naturals des de la seva sol·licitud. Les devolucions recollides per una tercera persona hauran d'anar acompanyades d'una autorització expressa.
- Alguns tallers tenen un suplement de material que s'abonarà en efectiu al tallerista el primer dia de classe.
- Per informar-vos de la reducció de preus consulteu-ne les condicions al punt d'informació del centre cívic, de 10 a 20.30 h. El termini de presentació de documentació per la subvenció en cas de persones en situació d'atur acaba el divendres 20 de juny.

### PER A LA INSCRIPCIÓ ALS TALLERS DE TARDOR 2025

Inscripcions a partir del dimecres 3 de setembre





## ART TÈXIL

### ACABA ELS TEUS PROJECTES DE COSTURA

Si tens projectes de costura per acabar, ara els hi pots donar una segona oportunitat! Si finalment no vas fer la vora d'aquells pantalons o d'aquella faldilla, o no vas posar la goma o et falten algunes peces per cosir per acabar aquella peça que tant desitjaves, ara ho pots fer!

És imprescindible saber cosir a màquina.

**Material 1r dia:** costurer bàsic amb tisores de tela, fil, cinta mètrica, descosidor i agulles. També portacanetes, canetes, premsa teles universal i agulles per la màquina de cosir, llapis, paper per apuntar i paper de patró.

GRUP A:  
**dilluns, de 15 a 17 h**  
**30 juny > 14 juliol**

GRUP B:  
**dimarts, de 9.30 a 11.30 h**

GRUP C:  
**dimarts, de 15 a 17 h**  
**1 juliol > 15 juliol**

*A càrrec de Pilar Gonzalo*

GRUP D:  
**dijous, de 9.30 a 11.30 h**  
**3 juliol > 17 juliol**

*A càrrec de Mavi Hita*

**Preu: 33,54 € (6 h)**

### ACABA ELS TEUS PROJECTES DE PATRONATGE

És necessari conèixer i tenir les bases de patronatge.

Dissenya't i confeccionat la roba! En aquest taller podràs dur a terme i/o acabar qualsevol peça de roba que vulguis, ja que farem els patrons i la confecció.

GRUP A:  
**dimecres, de 10 a 12 h**

GRUP B:  
**dimecres, de 12 a 14 h**

**25 juny > 16 juliol**  
**Preu: 44,72 € (8 h)**

*A càrrec d'Edith Sánchez*



### ARMARI BÀSIC D'ESTIU

És imprescindible saber cosir a màquina.

Tria el projecte que vulguis cosir (en pots triar un entre les revistes que hi ha disponibles al centre). T'ajudarem a triar teixits i a cosir les peces de la manera més senzilla possible.

**Material 1r dia:** costurer bàsic amb tisores de tela, fil a to del teixit, cinta mètrica, descosidor i agulles. També portacanetes, canetes, premsa teles universal i agulles per la màquina de cosir, llapis, paper per apuntar, paper per a calcar patrons i tisores de paper.

**Divendres, de 10 a 14 h**  
**27 juny > 4 juliol**

**Preu: 44,72 € (8 h)**

*A càrrec de Nadia Mediavilla*

### ARMARI BÀSIC INTENSIU

Un matí per portar a terme el projecte de costura que més t'agradi. Tens a la teva disposició les revistes de patrons del centre, els patrons que hagis comprat o bé els projectes que tinguis a mig fer. Cal saber cosir a màquina per aprofitar bé les classes.

**Material 1r dia:** costurer bàsic amb tisores de tela, fil a to del teixit, cinta mètrica, descosidor i agulles. També portacanetes, canetes, premsa teles universal i agulles per la màquina de cosir, llapis, paper per apuntar, paper per a calcar patrons i tisores de paper.

GRUP A: **dijous 26 de juny, de 10 a 14 h**

GRUP B: **dimarts 1 de juliol, de 17 a 21 h**

**Preu: 22,36 € (4 h)**

*A càrrec de Nadia Mediavilla*



### BOSSA DE PLATJA O DE PISCINA

#### Cal saber cosir a màquina.

Prepara't per a l'estiu amb la teva pròpia creació! T'emportaràs a casa una bossa única, feta per tu. Perfecta per a la platja, la piscina o el cap de setmana, amb dues pràctiques butxaques amb cremallera.

Amb aquesta bossa veurem diferents formes de col·locació de cremalleres, per seguir aprenent i millorant les tècniques d'aquest element tant versàtil.

**Material 1r dia:** cremallera de 24 cm a joc amb el color de la tela, 50 x 150 cm de tela adequada per a bossa (pot ser tipus sarja o loneta, que no sigui gaire gruixuda ni elàstica) i 50 x 150 cm d'una altra tela més prima per la part interior. Llapis i paper per apuntar. Costurer bàsic amb tisores de tela, fil, cinta mètrica, descosidor i agulles de cap. Per a la màquina: premsa teles universals, premsa teles de cremalleres a banda i banda, portacanetes, canetes de 10 mm i agulles per la màquina de cosir.

**Dijous, d'11.30 a 13.30 h**  
**3 juliol > 17 juliol**

**Preu: 33,54 € (6 h)**

*A càrrec de Mavi Hita*

## BRODAT ESPECIAL PATCHWORK, CRAZY QUILTING

**No es necessiten nocions de brodat, de costura o de patchwork.**

En aquest taller recuperem una tècnica de reciclatge popular de l'època victoriana. Es tracta d'un patchwork brodat a mà d'estil lliure fet a partir de restes irregulars de teixits que utilitza el brodat i per embellir i dissimular la irregularitat dels retalls de teles. Les costures i les aplicacions es van decorant d'acord amb la fantasia del brodador. El resultat és una bogeria! Una tècnica de brodat per gaudir i experimentar amb tota classe de punts superposats i per crear diferents volums i textures.

Aprendrem a fer aplicacions i a decorar-les amb brodats d'estil lliure.

**Material el 1r dia:** Costurer bàsic (fil, tisores, regles, agulles de cap i marcador) i també, si vols aprofitar retalls de casa, botons, puntes, llaços...

**Dijous, de 10 a 13 h**  
**3 juliol > 17 juliol**

**Preu: 50,31 € (9 h)**

Suplement de material: 10 € (inclou tutorials en paper, agulles, fils, bastidor, teles per brodar mostres).

A càrrec de Misako Mimoko



## BRODAT INDI: KUTCH I LAMBANI

**No es necessiten nocions de brodat.**

Taller per iniciar-se al Brodat Indi tradicional de la Índia, o de continuïtat si ja tens nocions prèvies.

Aprendrem els punts de brodat, dissenys i composicions que s'utilitzen al brodat *Banjara*, o *Lambani*, *Kutch* i *Ahir*. Un art molt antic dels pobles nòmades emigrats del Rajasthan i Gujarat estes per tot el país abans de l'arribada dels mongols. Éren coneguts com els gitanos de l'Índia.

Aquest tipus de brodat presenta motius de formes geomètriques amb motius florals, d'animals i ocells. Ens acosta la riquesa de les cultures del desert, on cada brodat és una expressió única de la persona que l'ha realitzat.

En aquests tipus de brodats s'incorporen mirallets, peces petites de metall o abaloris. Més enllà de l'ús decoratiu, algunes comunitats creuen que el treball amb mirall és auspici com a eina per allunyar el mal d'ull, reflectint la mala sort i els mals esperits de qui la porta.

És un tipus de brodat que es fa servir en moda i accessoris, coixins, bosses... Practicarem també amb altres materials i farem aplicacions en tela.

**Cal portar costurer bàsic.**

**Dimarts, de 10 a 13 h**  
**1 juliol > 22 juliol**

**Preu: 67,08 € (12 h)**

Suplement de material: 10 € (inclou tutorials en paper, agulles, fils, teles per brodar mostres.)

A càrrec de  
Misako Mimoko



## COSTURA A LA CARTA D'ESTIU

És necessari saber utilitzar la màquina.

En aquest taller podrem confeccionar les peces que ens vinguin de gust, a partir de patrons fets, o fent els patrons nosaltres.

**Material 1r dia:** costurer bàsic amb tisores de tela, fil, cinta mètrica, descosidor i agulles. També portacanetes, canetes, premsa teles universal i agulles per la màquina de cosir, llapis, paper per apuntar i paper de patró.

**GRUP A:**  
**dilluns, de 9.30 a 11.30 h**  
**30 juny > 14 juliol**

**GRUP B:**  
**dimarts, d'11.30 a 13.30 h**  
**1 juliol > 15 juliol**

**Preu: 33,54 € (6 h)**

A càrrec de Pilar Gonzalo

## COSTURA EXPRÉS

Aprendrem a enfilar i a utilitzar la màquina de cosir, coneixent totes les seves parts i el seu funcionament. També els tipus de teixits, els diferents materials i a on poder comprar-los. Ho farem tot d'una manera molt pràctica fent complements per la casa, alguna bossa o alguna manteta.

**Material 1r dia:** retalls de tela per començar a provar la màquina. Costurer bàsic amb tisores de tela, fil, cinta mètrica, descosidor i agulles. També portacanetes, canetes, premsa teles universal i agulles per la màquina de cosir, llapis, paper per apuntar.

(Es recomana no comprar el material fins que hi hagi la certesa que el curs tira endavant.)

**GRUP A:**  
**dilluns, d'11.30 a 13.30 h**  
**30 juny > 14 juliol**

A càrrec de Pilar Gonzalo

**GRUP B:**  
**dilluns, de 19 a 21 h**  
**30 juny > 14 juliol**

A càrrec de Mavi Hita

**Preu: 33,54 € (6 h)**



## CREMALLERES: INICIACIÓ

Cal saber cosir a màquina.

Sovint les cremalleres tenen fama de difícils i se'ns resisteixen... En aquest curs aprendrem a col·locar diversos tipus de cremalleres de manera fàcil i sense grans complicacions, fent diferents projectes de es-toigs, bosses i necessers.

**Material 1r dia:** cremallera de 24 cm. Dos trossos de 30x 40 cm de tela, un per a l'interior i l'altre per a l'exterior de cotó, tipus sarja, loneta fina, gavardina, (important que les teles no siguin gaire gruixudes i que tampoc siguin elàstiques). Costurer bàsic amb tisores de tela, fil, cinta mètrica, descosidor i agulles. També portacanetes, canets, premsa teles universal, premsa teles de cremalleres a banda i banda i agulles per la màquina de cosir, llapis, paper per apuntar.

**Dilluns, de 17 a 19 h**  
**30 juny > 14 juliol**

**Preu: 33,54 € (6 h)**

*A càrrec de Mavi Hita*

## GANXET D'ESTIU

Cal saber teixir cadeneta i punt baix.

En aquest taller intensiu aprendràs a teixir diferents "granny squares", uns quadrats de ganxet ideals per practicar un munt de punts i combinacions de colors. Amb ells podràs decidir si fer-te una bossa, una manteta, un top, una armilla, una funda pels llibres, un coixí...l'univers dels grannies és infinit! A més, és el projecte ideal per reciclar totes aquelles restes de fils que tens al calaix.

**Material 1r dia:** fils de diferents colors i ganxet adequat al fil.

**GRUP A:**  
**dilluns, de 18 a 20 h**  
**30 juny > 21 juliol**

**GRUP B:**  
**dimecres, de 10 a 12 h**  
**25 juny > 16 juliol**

**GRUP C:**  
**divendres, de 18 a 20 h**  
**27 juny > 18 juliol**

**Preu: 44,72 € (8 h)**

*A càrrec de la Lady Crochet*



## KIMONO D'ESTIU

L'estiu convida a vestir lleuger i amb estil! En aquest taller crearem un kimono fresquet i versàtil, ideal per portar sobre el banyador a la platja o per abrigar-te una mica durant les nits d'estiu. Una peça còmoda i amb molt de 'flow'. No cal experiència prèvia, només ganes de cosir i gaudir del procés!

**Material 1r dia:** retalls de tela per començar a provar la màquina, 1 metro de tela lleugera amb caiguda (com cotó fi, muselina o gasa). Costurer bàsic amb tisores de tela, fil, cinta mètrica, descosidor i agulles. També portacanetes, canetes, premsa teles universal i agulles per la màquina de cosir, llapis, paper per apuntar.

**Nivell:** Iniciació a la costura.

**Dissabte 28 de juny, de 10:30 a 13:30 h**

**Preu: 16,77 € (3 h)**

*A càrrec de Karin Mosca*

## TÈCNIQUES DE COSTURA

És necessari saber utilitzar la màquina de cosir i haver cosit peces de vestir.

Confeccionaràs diversos elements de la indumentària (traus, frunzits, vores, butxaques, bragues, acabats...) en format de mostrar per poder-lo consultar sempre que ho necessitis.

**Material 1r dia:** Retalls grans de cotó no elàstic per elaborar el mostrarri (poden ser de diferents colors i estampats). Entretela termoadhesiva fina. Costurer bàsic amb tisores de tela, fil, cinta mètrica, descosidor i agulles. També portacanetes, canetes, premsa teles universals i agulles per la màquina de cosir, llapis, paper per apuntar i paper de patró.

**Dimecres, de 17 a 19 h**  
**25 juny > 16 juliol**

**Preu: 44,72 € (8 h)**

*A càrrec d'Anna Puente*



## TEIXITS ELÀSTICS D'ESTIU

És imprescindible saber cosir a màquina.

Vine a cosir samarretes, leggings i tota mena de peces amb teixits elàstics. Tria el projecte que vulguis per cosir a classe amb ajuda i molt bona companyia. El primer dia de classe cal portar el que et faci falta pel teu projecte i si no ho tens clar, vine amb moltes idees que buscarem un patró.

**Material 1r dia:** paper per calcar patrons, costurer bàsic amb tisores de tela, fil, cinta mètrica, descosidor i agulles. També portacanes, canetes, premsa teles universals i agulles per la màquina de cosir, llapis, paper per apuntar i paper de patró.

**Dimecres, de 19 a 21 h**  
25 juny > 16 juliol  
**Preu: 44,72 € (8 h)**

A càrrec d'Anna Puente

## TRANSFORMA ELS TEUS PATRONS BASE

És imprescindible tenir patrons base i saber cosir a màquina.

Transforma els teus patrons base, per poder crear les peces de vestir que vulguis!

**Material 1r dia:** estoig bàsic (llapis, goma, tisores...) un regla de 60 cm, una cinta de mesurar, paper craft, i un projecte pensat.

**GRUP A:**  
**dijous, de 17 a 19 h**

**GRUP B:**  
**dijous, de 19 a 21 h**

26 juny > 17 juliol

**Preu: 44,72 € (8 h)**

A càrrec d'Edith Sánchez

## IDIOMES



## CINEMA EN ITALIÀ

Quatre pel·lícules per a analitzar i entendre el cinema italià des del punt de vista cultural i lingüístic, un viatge d'exploració dins el setè art italià, des del Neorealisme fins al cinema modern.

Cal un nivell mig o avançat (nivell B1-C1).

**Dijous, d'11.15 a 12.45 h**  
26 de juny > 17 de juliol

**Preu: 33,54 € (6 h)**

A càrrec de Serena Russo

## INTENSIU D'ITALIÀ

Quatre classes per aprendre ràpidament les bases i els secrets de la llengua italiana. Nivell bàsic

**Dijous, de 9.30 a 11 h**  
26 de juny > 17 de juliol

**Preu: 33,54 € (6 h)**

A càrrec de Serena Russo

## ANGLÈS PER VIATJAR

Calen nocions d'anglès: nivell elemental o mitjà.

Anglès per tornar a viatjar, per fi! Aprendrem el vocabulari necessari per utilitzar durant els viatges: menjar, hotels, restaurants, transport, etc. Repassarem i practicarem la gramàtica per fer preguntes (*how much does it cost?*), les preposicions de direcció (*above, below, etc.*), fent *role-play* en situacions quotidianes per posar els conceptes en pràctica. Les classes són totalment en anglès.

**Dimecres, de 17.30 a 19 h**  
25 juny > 16 juliol

**Preu: 33,54 € (6 h)**

A càrrec de Laura Santone

## PERD LA POR A L'ANGLÈS

Aquest taller d'anglès està dissenyat per a principiants, ideal per aquelles persones que volen començar a aprendre l'idioma des de zero. A través d'activitats pràctiques i dinàmiques, aprendrem les bases de la gramàtica, el vocabulari essencial i les expressions quotidianes per facilitar la comunicació en situacions comunes, d'una manera fàcil i divertida, millorant la confiança en l'idioma pas a pas.

**Dimecres, de 19.15 a 20.45 h**  
25 juny > 16 juliol

**Preu: 33,54 € (6 h)**

A càrrec de Laura Santone



## ART I CREACIÓ



## AQUAREL·LA D'ESTIU

És l'estiu, fa molta calor i encara som a la ciutat! Podem començar a somiar amb les vacances a partir de l'aquarel·la. Què us sembla? Aprendre a pintar fruites de temporada, gelats, el mar..., i tot allò que, amb pinzells i pigments ens apropi al temps pausat de l'estiu.

**Es requereixen coneixements previs.**

**Material 1r dia:** pinzells (núm. 2,4,6); aquarel·les en pastilles (*Windsor & Newton, Schmincke...*); 2 recipients per l'aigua; llapis; goma, paper absorbent o drap i un quadern de paper d'aquarel·la A-4.

**Dimecres, de 18 a 20 h**  
25 de juny > 16 de juliol

**Preu: 44,72 € (8 h)**

A càrrec de *Cristina Garcia de Tinta Ilustrada*

## BIJUTERIA AMB FLORS I RESINA

En aquest monogràfic de dues hores aprendrem a encapsular flors amb resina per a fer el nostre propi penjoll. Aprendre a assecar les nostres pròpies flors, a treballar amb resina i crearem el nostre propi penjoll. En acabar la classe sortiràs amb la teva creació per a lluir-la. Vine i aprèn a fer les teves pròpies joies amb flors..

**Dimarts 15 de juliol, de 18.30 a 20.30 h**

**Preu: 11,18 € (2 h)**

Suplement per material: 7 €

A càrrec de *Verónica Maraver*

CREA COM UNA DONA:  
ROSER BRU

Una jornada per a conèixer l'obra de l'artista Roser Bru i deixar fluir la nostra pròpia creativitat. Roser Bru (1923-2021) va ser una pintora i gravadora catalana que va viure exiliada a Xile durant gairebé tota la seva vida. En aquest monogràfic ens apropiem a la vida i obra de la Roser Bru i explorarem la nostra expressió artística a partir d'una sèrie de propostes i exercicis. A més, aprendrem una tècnica de gravat molt senzilla i efectiva.

La primera part del taller abordarà la vida i obra de la Roser Bru. La segona se centrarà en l'exploració creativa, ens deixarem inspirar pel treball de la Roser Bru i crearem un gravat propi amb les nostres mans. Crea com una dona neix per visibilitzar l'obra artística de les dones, i que ens serveixi d'inspiració per a deixar fluir la nostra pròpia creativitat.

No necessites cap mena de coneixement artístic, només ganes de viure una experiència inspiradora i molt, molt, molt creativa..

**Dimarts 8 de juliol, de 18 a 20.30 h**

**Preu: 13,98 € (2,5 h)**

Suplement per material: 5 €



## URBAN SKETCHING

Moviment global de dibuix urbà que té per objectiu dibuixar la ciutat mostrant el món que ens envolta. Sol ser una activitat grupal que et permet dibuixar i compartir experiències en una activitat creativa a l'aire lliure.

En aquest "tastet d'iniciació" descobrirem els fonaments del dibuix urbà, com ara la perspectiva, el volum i el color.

No calen coneixements de dibuix, però sí moltes ganes de dibuixar!

**Material 1er dia:** una cadireta o tamboret plegable, una llibreta DinA5, paper blanc de 120-140gr (aprox), i tot el que trobis per casa: llapis, goma, bolí, rotus, aquarel·les...

**Dilluns, de 18 a 20h**  
30 juny > 14 juliol

**Preu: 33,54 € (6 h)**

A càrrec d'*Alicia Santamaria*,  
de @ondalupita



## COS I MOVIMENT\*

*Davant d'un dubte per problemes de salut, es recomana consultar al vostre metge de capçalera o especialista abans d'inscriure-us a qualsevol taller.*

### COUNTRY-LINE DANCE NIVELL MITJÀ

Aprendrem nous balls en línia amb diferents estils. El grau de dificultat és baix, però és necessari tenir uns coneixements bàsics de country-line dance i haver fet algun curs anteriorment.

GRUP A:  
dimarts, de 17.45 a 19.15 h

GRUP B:  
dimarts, de 19.15 a 20.45 h

1 juliol > 22 juliol

**Preu: 33,54 € (6 h)**

*A càrrec de Mònica Viñas,  
d'ACB-Amics del Country  
Barcelona*

### FITPILATES

Intensitat mitjana-alta

Exercicis de *Fitness* amb la tècnica postural i la respiració de Pilates. Les classes començaran amb un escalament, es faran exercicis de càrdio, sèries de braç, cames/glutis i esquena i s'acabaran amb exercicis d'estirament i relaxació final.

GRUP A:  
dimecres, de 17 a 18.30 h  
GRUP B:  
dimecres, de 18.30 a 20 h  
25 juny > 16 juliol

GRUP C:  
divendres, d'11.30 a 13 h  
27 juny > 18 juliol

**Preu: 33,54 € (6 h)**

*A càrrec de Dàmaris  
Manresa*



### GIMNÀSTICA ABDOMINAL HIPOPRESSIVA

Intensitat suau

Escalfament: exercicis bàsics de pilates per flexibilitzar la columna, enfortir la musculatura abdominal i els músculs posturals.

Hipopressives per a reduir la faixa abdominal i elevar la bufeta. Combinades amb exercicis Kegel per a recuperar el control dels esfínters i activació dels músculs abductors per a elevar i estabilitzar la musculatura del perinè en totes les postures bàsiques.

Relaxació final: indicat per a diàstasi i persones sense experiència prèvia.

GRUP A:  
dilluns, d'11.30 a 13 h  
30 juny > 21 juliol

GRUP B:  
dimecres, de 10 a 11.30 h  
25 juny > 16 juliol

GRUP C:  
dijous, de 18.30 a 20 h  
26 juny > 17 juliol

**Preu: 33,54 € (6 h)**

*A càrrec de Dàmaris  
Manresa*

### GROOVE

El *Groove* és una experiència de ball dinàmica, interactiva i creativa amb una música molt variada. És la medicina perfecta per a equilibrar cos, ment, cor i ànima. Us convidem a descobrir aquesta tendència tan de moda i a gaudir-ne durant l'estiu.

Classe amb auriculars.

GRUP A:  
dilluns, de 17.15 a 18.30 h  
30 juny > 14 juliol

**Preu: 20,97 € (3,75 h)**

GRUP B:  
divendres, de 19.15 a 20.30 h  
27 juny > 18 juliol

**Preu: 27,95 € (5 h)**

*A càrrec de la Pilar Gonzalo*



## HIPOPIlates

Intensitat mitjana.

Pilates intermig-avançat per flexibilitzar la columna, enfortir la musculatura abdominal i els músculs posturals.

Treball de força, flexibilitat i estabilització mitjançant la respiració. Exercicis enllaçats que treballen l'articulació de la columna, enforteixen la faixa abdominal i l'esquena. Després combinarem els músculs estabilitzadors de Pilates (elevant la musculatura del perineu) amb hipopressives (reduir la faixa abdominal i elevar la bufeta) i exercicis Kegel (recuperar el control dels esfínters) en totes les postures.

Hipopressives per a reduir la faixa abdominal i elevar la bufeta. Combinades amb

exercicis Kegel per a recuperar el control dels esfínters i activació dels músculs abductors per a elevar i estabilitzar la musculatura del perineu en totes les postures bàsiques.

Indicat per a persones amb experiència prèvia de Pilates.

**GRUP A:**  
dilluns, de 10 a 11.30 h  
30 juny > 21 juliol

**GRUP B:**  
dimecres, d'11.30 a 13 h  
25 juny > 16 juliol

**GRUP C:**  
dijous, de 17 a 18.30 h  
26 juny > 17 juliol

**Preu: 33,54 € (6 h)**

A càrrec de Dàmaris Manresa

## HIPOFITNESS

Combina la gimnàstica abdominal hipopressiva amb exercicis de *fitness* amb l'objectiu del reduir la faixa abdominal i elevar la bufeta. Interioritza exercicis de respiració amb exercicis de *Kegel* per a recuperar el control de esfínters i estabilitzar la musculatura del perineu.

*Possibilitat de venir amb nadons d'entre 1 i 9 mesos.*

**Dissabtes, de 10.30 a 12 h**  
28 de juny > 19 de juliol

**Preu: 33,54 € (6 h)**

A càrrec de Dàmaris Manresa

## MARXA NÒRDICA PER COLLSEROLA

Vine a descobrir l'encant de Collserola a través de les quatre rutes de marxa nòrdica que hem preparat. Caminarem per zones d'ombra per escapar una mica de la calor de l'estiu, per pistes forestal, amb mínims desnivells i adaptat a diferents nivells.

Activitat accessible en transport públic amb el mateix punt d'inici per totes quatre.

**Dimecres de 9 a 11 h**  
25 juny > 16 juliol

**Preu: 44,72 € (8 h)**

A càrrec de Nordic Walking Therapeutic



## PRIMERES PASSES DE TAITXI

En aquest taller practicareu 10 moviments de Taitxi simètrics, una forma senzilla i equilibrada que es treballa per igual a dreta i esquerra. Ens ajuda a sincronitzar els nostres dos hemisferis, gaudint d'una rutina pràctica de moviment fluid i lent. Treballarem l'equilibri, la respiració i la concentració.

Tant si t'inicies al taitxi com si ja estàs en un nivell avançat, aquest taller és una bona opció, ja que proposa una aproximació diferent però senzilla a aquesta pràctica mil·lenària.

**GRUP A:**  
dimarts, de 10 a 11.30 h  
1 de juliol > 22 de juliol

**GRUP B:**  
dijous, de 10 a 11.30 h  
26 de juny > 17 de juliol

**Preu: 33,54 € (6 h)**

A càrrec d'Angèlica Costantini, de Femtaichi



## CUINA



## CUINA CREATIVA D'ESTIU PER A PERSONES MANDROSES

Si t'agrada cuinar però no vols estar hores a la cuina en aquest taller aprendràs a fer delicioses receptes en un tres i no res.

*(En cada sessió es fa un primer, un segon plat i unes postres)*

GRUP A:  
**dimecres, d'11 a 13.30 h**

GRUP B:  
**dimecres, de 18 a 20.30 h**  
**25 juny > 9 de juliol**

**Preu: 41,93 € (7,5 h)**

Suplement d'ingredients: 15 €

*A càrrec de Josep Vidal*

## CUINA PER TRIOMFAR A CASA A L'ESTIU

Enciams, carbassons, pebrots i albergínies: son alguns dels tresors que ens porta l'estiu per cuinar i gaudir-los amb receptes originals i creatives plenes de gust i de colors.

*(En cada sessió es fa un primer, un segon plat i unes postres)*

GRUP A:  
**dilluns, d'11 a 13.30 h**

GRUP B:  
**dilluns, de 18 a 20.30 h**  
**30 juny > 7 juliol**

**Preu: 27,95 € (5 h)**

Suplement d'ingredients: 10 €

*A càrrec de Josep Vidal*



## ESPECIAL BRIOIX

En aquest taller treballarem les masses fermentades com el brioix de la coca de revetlla. Apendrem a formar diferents peces, més toves i lleugeres especialment per gaudir a l'estiu. De pastisseria!!!

GRUP A: **dijous, de 17.30 a 20.30 h**

**3 de juliol > 10 de juliol**

GRUP B: **divendres, de 10.30 a 13.30 h**

**4 de juliol > 11 de juliol**

**Preu: 33.53 € (6h)**

Suplement d'ingredients: 6 €

*A càrrec de Cristina Kalvo*



## ELS SECRETS DELS TÀRTARS

Tomàquet, Salmó i Vedella.

Tres receptes fresques, saboroses i plenes de color, una elaboració vegetariana amb base de Tomàquet, el famós clàssic de Salmó amb un toc creatiu i la tradicional recepta de cuina francesa amb vedella.

**Dimecres 16 de juliol de 18 a 20.30 h**

**Preu: 13.98 € (2,5h)**

Suplement de material: 10 €

*A càrrec de Josep Vidal*

## FIDEUS FREDS DE L'EST D'ÀSIA

Els fideus freds són una de les opcions més populars per a combatre la calor de l'estiu en l'est d'Àsia. Hi ha molts tipus de fideus i combinacions amb diferents salses, però tots són saborosos, refrescants i profundament saciants.

En aquest curs explorarem receptes de diversos països i el seu significat cultural. Així ens preparem bé per a la temporada estival.

**Divendres, de 18 a 20 h**  
**27 de juny > 11 de juliol**

**Preu: 33.54 € (6 h)**

Suplement d'ingredients: 15 €

*A càrrec de Jenny Chih-Chieh Teng de Mellow Sheng*

## LES MILLORS AMANIDES RUSSES

L'amanida russa, recepta aristocràtica creada al S. XIX a Moscow, ha evolucionat fins a convertir-se en un clàssic popular dels nostres dies. Entrarem en el món de la russa i les seves versions.

**Dijous 26 de juny**

GRUP A: **d'11 a 13.30 h**  
GRUP B: **de 18 a 20.30 h**

**Preu: 13,98 € (2,5h)**

Suplement d'ingredients: 10 €

*A càrrec de Josep Vidal*





## OUS FARCITS DELICATESSEN

Fàcils, suculents, frescos i molt versàtils, plens de possibilitats originals i creatives per gaudir a taula aquest estiu.

**Dilluns 14 de juliol**  
**de 18 a 20.30 h**

**Preu: 13,98 € (2,5h)**

Suplement de material: 10 €

A càrrec de Josep Vidal

## POSTRES TROPICALS

El sabor explosiu i el color de les fruites tropicals guariniran les nostres postres especialment refrescants a l'estiu. Al més pur estil del tròpic. Farem una pannacotta de mango i fruita de la passió, una pavlova de papaia i la reinterpretació de la "pinya colada".

GRUP A:  
**dijous 17 de juliol, de 18 a 20.30 h**

GRUP B:  
**dimarts 22 de juliol, de 10.30 a 13 h**

**Preu: 13,98 € (2,5h)**

Suplement d'ingredients: 3 €

A càrrec de Cristina Kalvo



## PINTXOS BASCOS I PLATETS

Aquest taller està pensat per als que vulgueu sorprendre els vostres convidats amb petites delícies fresques i creatives, ideals per a les nits caloroses i els moments de relax. Aprendreu a elaborar diferents pinxos i platets inspirats en la cuina mediterrània, amb ingredients de temporada i combinacions originals que faran les delícies de tothom. Us mostrarem diverses tècniques per preparar aperitius elegants i saborosos, que destaquin tant pel seu gust com per la seva presentació.

**Dimarts, de 19.30 a 21 h**  
**1 de juliol > 22 de juliol**

**Preu: 33,54 € (6 h)**

Suplement d'ingredients: 15 €

A càrrec d'Eva Alcaraz

## GENT GRAN

### GESTIÓ DE LES FOTOS MITJANÇANT LA IA

El creixent desenvolupament en les aplicacions productives basades en la intel·ligència artificial i la gran demanda d'aquesta nova tecnologia han fet que es pugui utilitzar aquesta ciència aplicada en molts aspectes de la vida quotidiana. La fotografia és un. Amb la IA, podem crear i classificar fotos, llegir-ne el contingut, interpretar, editar o modificar-les. Vols conèixer què pot fer la IA en el món de la fotografia?

**Dimecres 25 de juny, de 10 a 12.30 h**

**Preu: 13,98 € (2,5 h)**

A càrrec de Jordi Joan Rubí



## I DESPRÉS DE LES VACANCES...

### ESPAI FAMILIAR DE CRIANÇA MUNICIPAL LA SALETA INFANTS DE 0 A 3 ANYS I LES SEVES FAMÍLIES

#### PREINSCRIPCIONS SERVEI DIARI, curs 25/26, places obertes.

Per optar a les places vacants, envieu un mail a [zerotres@vilaurania.net](mailto:zerotres@vilaurania.net)

- **Del 15 al 19 de setembre:** rebuda de les sol.licituds de preinscripció i documentació.
- **22 de setembre:** llista de sol.licituds amb barem i puntuació.
- **23 de setembre:** reclamacions de barem
- **25 de setembre:** llista ordenada definitiva de sol.licituds segons barem amb puntuació. Sorteig (en cas d'empat). Assignació de places.
- **Del 26 de setembre al 3 d'octubre:** inscripció de les famílies que han obtingut plaça.

Tot el procés serà telemàtic i trobareu l'enllaç a la sol.licitud de preinscripció dins la web del centre a principis de setembre.

Inici del servei: dilluns 6 d'octubre



servei  
d'infància  
i famílies





## CASAL INFANTIL: D' 13 A 6è

### CASAL DIARI

Espai de trobada diari per a la canalla d'14 a 6è en el qual s'ofereixen diferents activitats i espais de joc: manualitats, jocs de taula, ciència, cuina, expressió corporal, tallers... L'horari serà de 17 a 19.30 h, estructurat de la següent manera:

- Dilluns, dimarts i/o dimecres, per a infants d'14 a 6è de primària
- Dijous > grup I3 (aquest grup tindrà un horari diferent, de 17 a 19 h)
- Dijous > infants de 3r a 6è de primària

#### Preu:

- **Grup I3 i I4 (1 dia a la setmana) > 15,10 € / trimestre**
- **Grup d'I5 a 6è > 1, 2 o 3 dies a la setmana > 30,20 € / trimestre**

El pagament es farà únicament per transferència bancària

PREINSCRIPCIONS pel trimestre de tardor del 15 al 19 de setembre, de manera telemàtica, enviant un correu a: [infantil@vilaurania.net](mailto:infantil@vilaurania.net)

Inici del servei: dilluns 29 de setembre

# associació d'entitats

## ASSOCIACIÓ D'ENTITATS DE VIL·LA URÀNIA

Arran de la creació d'aquest nou equipament ha nascut l'ASSOCIACIÓ D'ENTITATS DE VIL·LA URÀNIA

### PER QUÈ?

Perquè des que es va començar a parlar del "Projecte Vil·la Urània" volíem implicar-nos en la seva gestió

### COM?

Participant de la programació de l'equipament en diferents comissions de treball.

### QUI SOM?

Actualment la JUNTA DE LA VIL·LA la formem 12 entitats:

- AVV I COMISSIÓ DE FESTES DEL BARRI DEL FARRÓ
- COLLA HUMORÍSTICA DE SANT MEDIR
- AVV AMICS D'UN FARRÓ DIGNE
- ASS. DE COMERCIANTS I ARTESANS DEL BARRI DEL FARRÓ
- GERMINAL SCCL
- ASTER AGRUPACIÓ ASTRONÒMICA DE BARCELONA
- ASTRO BARCELONA
- ESCOLA LYS SCCL
- ASSOCIACIÓ CATALANA DE COMUNICACIÓ CIENTÍFICA
- FUNDACIÓ CIÈNCIA EN SOCIETAT
- CLUB EXCURSIONISTA DE GRÀCIA
- DIABLES FARRÓFOC

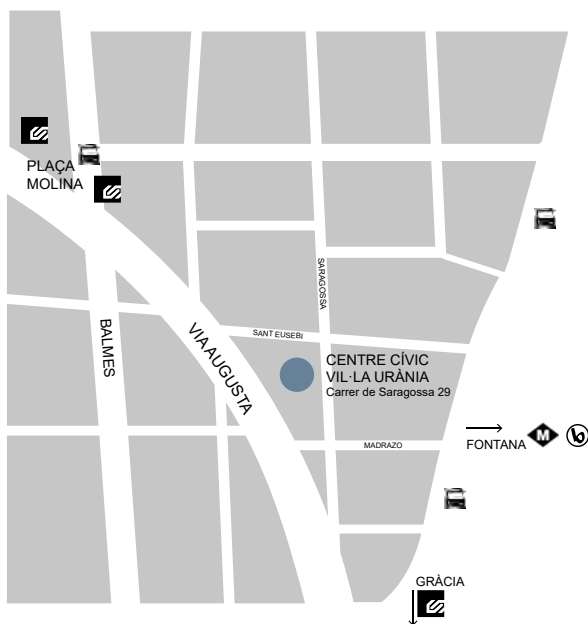
En l'intent de ser el màxim de transversals possible, estem oberts a rebre noves entitats per tal que formen part de les comissions gestores d'aquest equipament tan esperat del barri.

Podeu posar-vos en contacte mitjançant el correu: [federacio.urania@gmail.com](mailto:federacio.urania@gmail.com)





## MAPA



## ADREÇA

c/ Saragossa, 29

08006 Barcelona

Tel. 93 706 12 95

 Ferrocarril: Sant Gervasi L6,  
Pl. Molina L7, Gràcia L6 o L7

 V15, V17, D40, 27, 24, 114

 Fontana L3

 Gran de Gràcia, 155

[barcelona.cat/ccvil.laurania](http://barcelona.cat/ccvil.laurania)  
[informacio@vilaurania.net](mailto:informacio@vilaurania.net)



## HORARIS

De dilluns a divendres, de 9 a 22 h

Dissabtes de 10 a 14 i de 16 a 20 h

**Districte de  
Sarrià-Sant Gervasi**