

PROJECTE DE CASAL A CASAL: PARTICIPA DEL SIDRAL!

DISTRICTE	NOM DEL CASAL BARRI	TÍTOL ACTIVITATS OFERTES	DESCRIPCIÓ ACTIVITAT	HORARI	Quin és el seu públic objectiu?	PLACES OFERTADES
CIUTAT VELLA	Casal de Barri Pou de la Figuera	1. Boom chicka boom stories	Conte contes en anglès per a nadons fins a 3 anys, pot participar tota la família.	Dimecres 17.00 a 18.00h	Famílies	50
	Casal de Barri del Raval	2. Taller d'Estiraments	Taller de salut postural per millorar l'estat del cos.	Dimecres d'11:30 a 13h	Per a tots els públics.	4
EIXAMPLE	Espai Veïnal Calàbria 66	3. Ball en línia	tipologia de ball especialment adreçat a la gent gran activa	Dimecres 23 de 11h a 13h	Gent gran.	10
		4. Assaig d'ARTransforma, teatre a l'abast de tothom	Sessions setmanals de teatre dissenyades específicament per a joves i adults amb diversitat funcional, pluridiscapacitat o problemàtiques de salut mental. Us convidem a compartir un assaig amb el nostre grup.	Dimarts 22, de 17 a 18:30h.	Joves i adults amb diversitat funcional	10
		5. Visita a l'hort comunitari	Obert a tothom interessat a conèixer un hort urbà comunitari i el projecte que estem desenvolupant amb els horteres del barri	Dimecres 23 de 18:30 a 20h	Per a tots els públics.	10
	Casal de Barri Espai 210	6. Taller d'Arpilleres	És un espai relacional i acollidor que des de fa més de 10 anys treballen l'art de la costura creativa fent servir la roba d'arpilleres i altres materials com: botons, teles reciclades, llanes, etc.	Divendres de 17 a 19.30 h	Per a tots els públics.	5
		7. Taller de Transformació tèxtil pel barri	Espai relacional, intergeneracional on es comparteixen entre les participants com donar una segona vida a la roba (tècniques de transformació de roba)	Divendres d'11:45 a 13:45 h	Per a tots els públics.	5
SANTS-MONTJUIC	Lleialtat Santsenca (espai comunitari)	8. De Teca i Xerrameca	És un espai de trobada mensual per compartir sabers culinàries i tradicions entorn la cuina i l'alimentació sostenible, saludable i de proximitat. Periòdicament, un veí o veïna compartirà una recepta que tindrà com a protagonista un ingredient de temporada.	Dilluns de 18.00 a 19.30h	Intergeneracional	5
SARRIÀ- ST. GERVASI	Casal de Barri Espai Putxet	9. Concert de Música Clàssica: obres interpretades per Paganini	Per la talentosa interpretació per part del matrimoni Voronkova (violí i piano), molt reconeguts en l'àmbit clàssic i per la vessant didàctica que acompanya el concert; la filla dirigeix un programa de ràdio (Opera Rock, de Ràdio Estel), fent molt amena i divertida la contextualització de les obres.	Divendres 25 19.30 a 21h	Tots els públics.	15
GRÀCIA	Can Carol	10. Joc de taula Rumicub	Activitat autogestionada pel veïnat que consisteix a jugar al joc de taula Rumicub. Una manera divertida de passar l'estona xerrant i jugant a aquest mític joc que consisteix en crear tríos i escales amb unes fitxes de colors.	Dimarts 22/10 de 10.30h a les 12h	Gent gran, mixte i apta per persones amb mobilitat reduïda.	4
		11. Matinal de Tai Chi	És un exemple d'activitat autodirigida pel veïnat, el professor és un veí voluntari jubilat i quan ell no pot venir, la resta d'alumnes s'autoorganitza per fer la classe entre elles. No hi ha cap pretensió d'aprendre una disciplina, és més aviat un espai obert on practicar conjuntament una sèrie de moviments i adquirir dinàmiques d'autoaprenentatge.	Dijous 24/10 de 12h a 13h	Obert a qualsevol persona adulta que conegui aquesta pràctica o tingui interès en apropar-s'hi des d'una perspectiva veïnal.	4
		12. Cuinem a Can carol	Cada dimecres la Comissió Cuines del Casal s'organitza per una sessió de cuina al veïnat. A vegades cuinen elles, a vegades ve algun professional. És una activitat ideal per aprendre, xerrar, compartir i fer una degustació de receptes. Aquest dia aprofitem la tardor per cuinar verdures i hortalisses amb colors ocres i ataronjats, i olors contundents propis de l'estació	Dimecres 23/10, de 18h a 20h	Qualsevol persona adulta.	4
	Casal Mas Guinardó	13. Festival Empodera't. Concert Socaixina "Canciones de Nadie"	És un projecte feminista d'arts escèniques, impulsat pels Casals de barri i la Sala Montbau del districte H-G, per tal de teixir lligams entre les persones i els diferents barris, dirigit i protagonitzat per dones. Fer de l'escena un espai de lluita, on des de la sororitat es reivindicui el paper protagonista que els pertoca a totes les dones.	Divendres 25 d'octubre a les 20 h	Per a tots els públics	60

HORTA GUINARDÓ		14. Els divendres al Casal.	Visita a l'exposició anomenada Futbol: clubs desapareguts de la ciutat de Barcelona" produïda pel Casal de Barri.	Divendres de 19 a 21	Tots els sectors de població.	20
	Casal de Barri Can Baró- El Pirineu	15. Festival Empodera't. Amb Periferikxs Comedy	És un festival feminista d'arts escèniques organitzat pels Casals de Barri i la Sala Montbau del Districte d'Horta-Guinardó, dirigit i protagonitzat per dones. És important conquerir els espais culturals des d'una contribució feminista i inclusiva. Fer de l'escena un espai de lluita on des de la sororitat es reivindiqui el paper protagonista que els pertoca a totes les dones.	Divendres de 20:00 a 21:30	Tots els públics.	25
	Casal de Barri Can Travi	16. Cabaret Empodera't	Un dels esdeveniments més atrevits i esperats del Festival Empodera't. Un format obert i transformador ple de propostes que d'altra forma no estarien presents en un cabaret clàssic. Una nit on dones artistes emergents d'arts escèniques s'ajunten per fer-nos gaudir d'una vetllada reivindicativa i alhora divertida	Divendres 26 d'octubre a partir de les 20h	Tots els públics.	25
	Casal Font d'en Fargues	17. Una tarda de tennis taula	El grup de tennis taula Font d'en Fargues obre les portes per practicar aquest esport fàcil i dinàmic. Disfrutem d'una tarda divertida tot descobrint el Casal i la seva gent.	Divendres, a les 17h	Obert a tothom	6
		18. Teixint el barri	Si t'agrada cosir, arreglar peces de roba, compartir consells, etc. Vine a descobrir les super dones de l'associació cultural recreativa 40 p'arriba 40 p'abajo i descobriràs quina fabriqueta tenen muntada cada dimecres al matí al Casal	Dimecres 23 d'octubre a les 10h	Obert a tothom	4
	Casal de Barri La Barraca del Carmel	19. Gimnàstica suau	Espai dirigit per les veïnes, perfil de dones grans que volen fer xarxa.	Dilluns de 12.30 a 13.30 h	Gent gran, dones i homes que vulguin fer activitats físiques de baix impacte	5
NOU BARRIS	Casal de Barri Torre Baró	20. Donem-li color al casal!	Entre totes farem que el passadís central del Casal vesteixi millor. Dissenyar i confeccionar peces amb teles per tal de guarnir diverses columnes de la zona expositiva.	Dimecres de 17.30h a 19:30h	Tots els públics.	40
	Casal de Barri de Vallbona	21. Construcció exposició sostenible	Per tal de potenciar les línies que s'estan treballant al Casal. Línies mediambientals, sostenibles i ecològiques amb la finalitat de facilitar que infants, joves i la ciutadania en general pugui accedir a informació, coneixements i pràctiques ambientals de qualitat	Dimecres de 17.30h a 19:30h	Tots els públics.	30
	Casal de Barri La Cosa Nostra	22. L'Armari	Es un mercat de reutilització de roba. Aquest espai compleix molts objectius comunitaris,, tant pels usuaris com pels voluntaris (coordinació	Dimecres de 10 a 12 h	Tots els públics.	5
		23. Tunel del terror + Castanyada	Activitat intergeneracional vincle entre projectes	Dijous de 17.30 a 20.30 muntatge	Tots els públics.	5
	Casal de Barri Verdun	24. Cafè de llengües.	Proposem un espai d'intercanvi lingüístic per descobrir diferents llengües que es parlen al nostre barri (Verdun). Vine a xerrar i compartir en l'idioma que vulguis.	Dijous 24, de 17h a 19h	Tots els públics.	20
ST. ANDREU	Casal de barri Torre de la Sagrera	25. Patchwork comunitari	Activitat creativa intergeneracional on es construeix un vincle a través de l'intercanvi de coneixements i el diàleg entre les persones que l'integren	Dimarts de 16.30h a 18.15h	Tots els públics.	10
	Casal de Barri Congrés-Indians	26. Una ullada a l'art	Donarem una ullada a algunes de les principals obres de la història de l'art i aprendrem a distingir les característiques de l'arquitectura, l'escultura i la pintura. Aquesta és la millor manera de gaudir de l'art en tota la seva dimensió	Dimarts de 10-11.30h.	Obert a tots els públics.	5
		27. Grup d'arpilleres	Grup de dones que practiquen la tècnica de fer arpilleres d'origen xilè, on es fa servir el fil i agulla per expressar vivències i emocions, per denunciar, per recordar i per teixir testimonis de vida	Dimarts, de 17.00-20.00h	Obert a tots els públics.	5
Casal de Barri La Llacuna	28. Taller de Costura Creativa	Els tallers de costura són espais on crear i socialitzar, i especialment aquí al Casal on tenim multitud de tallers i espais autogestionats de costura i arts de l'agulla, els quals cada vegada estan més interconnectats. Aquest taller pot ser una porta d'entrada per a noves persones usuàries interessades en aquest tipus d'activitat i formar part d'aquesta comunitat.	Dilluns 21 de 17 a 18.30 h	Adults.	5	
	29. Castanyoles	Practicarem la tècnica bàsica d'aquest instrument popular i antic, combinant passos senzills. En aquest taller es treballa la coordinació, la psicomotricitat fina i la memòria. Cal portar: castanyoles.	Dilluns 22 de 18.30 a 19.30 h	Adults.	5	

ST. MARTÍ		30. Brodat creatiu	Podreu aprendre els punts bàsics i personalitzar teles en companyia. Obert a tots els nivells. Cal portar: bastidor, agulles, fils de brodar i tela de cotó.	Dimarts 22 de 10.30 a 12.30 h	Adults.	5
	Casal de barri Verneda	31. Espai Jove, Espai de trobada obert per joves d'entre 12 i 30 anys	Espai Jove, Espai de trobada obert per joves d'entre 12 i 30 anys, on es poden informar de totes les activitats i projectes destinats per aquesta edat, a més d'estar equipat per poder gaudir d'una bona estona, futbolin, ping pong, entre d'altres	Totes les tardes de 17h a 20.30h	Joves d'entre 12 i 30 anys.	10
	Casal de Barri Vila Olímpica-Can Gili Nou	32. Xarxa Icària (Cafè Tertúlia)	Xarxa veïnal de coneixença i per compartir experiències.	Dimarts de 10 a 11h	Gent gran	4
		33. Xarxa Icària (Tarda per tractar la resolució de conflictes)	Activitat dinamitzada per tractar la resolució de conflictes	Dijous de 18:30h a 20:30h	Per tot el públic	3
	EAMP. Casal de Barri Espai Antoni Miró Peris	34. Camina en companyia	Veure el funcionament d'un grup autogestionat. Persones adultes que vulguin fer exercici en companyia. Es camina a bon ritme, no poden haver-hi patologies que ho dificultin.	Dimecres, de 10-11:30h	Obert a tothom, però a persones sense patologies que dificultin caminar a bon ritme	10
		35. Jocs de taula, manualitats i gimnàstica	Espai obert i autogestionat. Es va crear per donar resposta a la gent gran que es quedava fora del taller de gimnàstica i memòria que es programa amb les professionals del CAP	Dimecres de 12-13.30	Obert a tothom.	10
		36. Àgora	Projecte creat amb col·laboració amb serveis socials i EAP Encants i Camp de l'Arpa per lluitar contra la soledad no volguda. Espai per compartir inquietuds.	Dimecres 10.30-12	Obert a tothom.	7
	Casal de Barri Bac de Roda-Poblenou	37. Club de costura creativa	Per la metodologia: és una activitat gestionada per les veïnes del barri, i que alhora participen d'activitats comunitàries del mateix. Per exemple, ara estan treballant, juntament amb altres espais i equipaments, en una paradeta d'artesanía solidària per recollir fons per a INVIA (projecte per l'acollida de persones víctimes de violència masclista).	Divendres, 18.30-20h	Col·lectiu de dones, independentment de la seva edat.	5
		38. Tarda de jocs de taula	Trobada trimestral per conèixer i descobrir jocs de taula innovadors i interessants. Incloem algunes propostes amb perspectiva de gènere. A les diferents aules del casal s'hi troben propostes per a públic adult però també familiar.	Dissabte 26/10, 17.30-20.30h	Persones adultes i famílies.	10
	Diagonal Mar	39. Sortides per Barcelona i voltants	Sortides per zones de Barcelona, pot participar tothom.	Dimecres 9.30-12.00h	Per a tots els públics.	4
	Ca l'Isidret	40. Empoderament emocional	Reconeixer les teves emocions et farà estar millor amb tu i les altres	dimarts 19.30h a 20.30h	Famílies.	5
	Besòs	41. La magia de la cocina	Grup comunitari veïnal que té per objectiu l'intercanvi de coneixement al voltant de l'alimentació saludable i la cultura gastronòmica. Mitjançant les trobades setmanals es comparteixen receptes, es realitzen tallers de cuina i es participa d'un espai relacional proper i acollidor.	Dimarts, de 10.30 a 12.30 h	Obert a tothom.	5
	Casal de barri La Palmera	42. Intel·ligència emocional	Intel·ligència emocional i creativitat": és tracta d'una activitat teòrico-pràctica sobre el concepte i el valor d'aplicar la intel·ligència emocional i la creativitat en la nostra vida quotidiana. A través de dinàmiques, jocs, exercicis i debats es fomenta el desenvolupament de l'autoconeixement, l'empatia i comprensió envers els demés, l'autoestima...	dimarts de 18:30 a 19:45h	Obert a tothom.	3
	La Pau	43. Pintura sobre roba	grup de dones que fan autèntiques meravelles, fan tovalles i tovallons, samarretes, llençols, etc. Tenen la seva estona per treballar i passar una bona estona	dimecres de 16:30 a 18:30h	Obert a tothom.	8
	Espai Via Trajana	44. Ioga	Practica de hatha yoga, escalfament practica de asanas, meditació i relaxació.	Dimarts de 18:00 a 20:00	Qualsevol persona adulta que desitgi conèixer la pràctica	3
45. Tennis taula		Pràctica lliure	Dilluns i divendres de 16:30 a 18:00	Per a tots els públics.	3	

Nº CASALS PARTICIPANTS:	34
Nº ACTIVITATS OFERTADES:	45