

MEMÒRIA

CASAL DE BARRI

BAC DE RODA-

POBLENOU 2023

ÍNDEX

Sobre l'entitat gestora	2
1 - Breu descripció del projecte executat	4
2 - Justificació del projecte	6
3 - Destinataris del projecte	7
4 - Fases d'execució del projecte	11
4.1 - Activitats que fomenten la participació ciutadana i integració del veïnat	12
4.1.1 Tallers	12
4.1.2 Xerrades i conferències	17
4.1.3 Rutes, visites i sortides en grup per Barcelona	20
4.1.4 Dinamització de l'espai escènic bac de roda: espectacles	21
4.1.5 Campanyes singulars	24
4.2 - Activitats que fomenten la participació activa de la ciutadania i les seves iniciatives	25
4.2.1 Espais de trobada	25
4.2.2 Exposicions	29
4.2.3 Cessió d'espais	31
4.2.4 Campanyes singulars: un llibre per un plat calent i paradeta d'artesanía solidària per al càncer de mama metastàtic	32
4.3 - Treball en xarxa, acció comunitària	33
4.4 - Altres serveis de la cartera bàsica dels casals	37
5 - Avaluació i seguiment del projecte	39
6 - Pla de comunicació del casal	44
7 - Recursos utilitzats per al projecte	49
8 - Valoració qualitativa (i econòmica) del projecte	51
9 - Annexes	52

MEMÒRIA CASAL DE BARRI BAC DE RODA-POBLENOU 2023

A. SOBRE L'ENTITAT

DADES BÀSIQUES

Associació Cultural i Social Bac de Roda

C/ Bac de Roda, 101 Interior - 08005 - Barcelona

Tel. 93 303 24 47

NIF G-65543209

Núm. Reg. Entitats: 45069 Naturalesa jurídica: Associació

Horari habitual: Laborables de 10 a 13h i de 16 a 21 h. Dissabte matí de 10 a 13h. Dilluns matí tancat al públic.

RESPONSABLE DE L'ENTITAT

Carles Iglesias Puigmal Càrrec: President.

Avda. Diagonal, 107 9e 2a - 08005 - Barcelona

Telfs. 93 307 92 47 / 605 863 653

B. SOBRE EL PROJECTE A JUSTIFICAR

ÀMBIT TEMÀTIC, TERRITORIAL I POBLACIONAL D'INTERVENCIÓ DE L'ENTITAT ÀMBIT TEMÀTIC:

- Cultura,
- Benestar social
- Participació ciutadana
- Relacions ciutadanes

ÀMBIT TERRITORIAL: Barri del Poblenou.

ÀMBIT POBLACIONAL: Població en general. El nostre centre s'adreça a tot tipus de persones i a totes les edats, ja que l'ampli ventall d'activitats que s'ofereix intenta cobrir totes les edats i permet la participació a qualsevol persona interessada.

1. BREU DESCRIPCIÓ DEL PROJECTE EXECUTAT

El projecte que hem dut a terme al 2023 s'ha centrat en recuperar la participació prèvia a la pandèmia, oferint totes les activitats previstes al projecte: activitats culturals, formatives i de lleure, sense oblidar el foment de les iniciatives del veïnat i el treball comunitari amb entitats del territori. Veurem més endavant que, malgrat ser un any molt bo pel que fa a la participació al Casal, no ha estat fins a l'últim trimestre del 2023 que hem aconseguit igualar els números previs a la pandèmia. Caldrà veure, però, si la tendència es manté de cara a futur.

Considerem que hem pogut donar resposta al principal objectiu del projecte: promoure la participació ciutadana i facilitar la inclusió del nou veïnat mitjançant l'organització de diferents activitats culturals, socials i lúdiques. I hem pogut desenvolupar, la seva totalitat, les diferents activitats plantejades al projecte inicial:

- Tallers de lleure i formacions en matèria de salut i benestar, moviment, artístics, coneixements, familiars, autosuficiència i sostenibilitat.
- Foment dels espais de trobada i espais autogestionats per la ciutadania com sardanes, costura creativa, club de lectura, l'scrabble en català, reiki solidari, el foto-fòrum... i algun altre que se n'ha creat de nou com l'espai de dol o les trobades d'autor.
- Espectacles per a tot tipus de públic a l'Espai Escènic Bac de Roda, mantenint la periodicitat mensual establerta.
- Xerrades i conferències de temes d'actualitat, d'interès pel públic en general, històriques o relacionades amb serveis concrets.
- Rutes històriques i culturals per Barcelona per fomentar el coneixement del propi patrimoni, i altres sortides com les grupals, al teatre.
- Exposicions de petits artistes del barri o que l'obra tracti del Poblenou, preferentment.
- Suport a iniciatives veïnals per a projectes que reverteixen al territori, i en concret amb el projecte singular *Un llibre per un plat a taula*, per al Menjador solidari de Ca l'Isidret.

Per altra banda, hem mantingut la col·laboració amb entitats, col·lectius i equipaments del barri i la ciutat, a fi de treballar aspectes comunitaris, que s'ha traduït en:

- Treball en xarxa amb entitats del territori per treballar temàtiques macro com el racisme, el gènere, l'alimentació saludable o la solitud no volguda, participant de la Xarxa Antirumors als barris, les comissions de gènere de la FAVB i de Sant Martí, la Taula d'alimentació i salut o el projecte Radars.
- Treball conjunt amb entitats i altres equipaments del territori que han generat activitats per al veïnat, a més d'incidir en col·lectius vulnerables: Paradeta solidària per al Càncer de Mama Metastàsic, treballat conjuntament amb el Casal de Gent Gran Quatre Cantons i els Habitatges amb Serveis de Camí Antic de València.
- Col·laboració amb entitats de la ciutat per portar a terme projectes comuns: Donació de sang amb el Banc de Sang i Teixits; amb el pla de Mesures Alternatives de l'Ajuntament; amb

l'Institut Joncar i el projecte Actua; amb la fundació de Sant Joan de Déu per al projecte de Càncer Infantil.

Finalment, hem mantingut l'acord en contraprestació de l'ús dels espais de l'Institut Maria Espinalt i el Casal de Gent Gran Quatre Cantons per a la realització de les activitats més multitudinàries als seus espais.

2. JUSTIFICACIÓ DEL PROJECTE

L'Associació Cultural i Social Bac de Roda (antiga CER Bac de Roda / Esplai Va que Roda) és una entitat fundada el 1980, és a dir, fa més de 40 anys que treballa pel barri. Quan es va fundar, la nostra zona d'actuació era un sector vell, fabril i degradat del Poblenou amb molt poca oferta de recursos socials i associatius. D'acord a la divisió de barris realitzada, la nostra ubicació actual i, per tant, el nostre àmbit d'acció se situa en la intersecció de 3 barriades, totes elles amb les seves singularitats socio-econòmiques: El Poblenou, Diagonal Mar i el Front Marítim del Poblenou i Provençals del Poblenou.

D'acord amb les dades extretes del Departament d'Estadística de Barcelona, en l'Observatori de Districtes i Barris, es pot observar com el Poblenou continua sent un barri obrer, amb forta presència industrial, habitatge antic (anterior al 1960) i una renda més ajustada, i que també ha patit en major mesura les conseqüències de la crisi econòmica. Conviu, però, amb un barri de característiques socio-econòmiques podríem dir quasi contràries, com seria Diagonal Mar Front Marítim, on l'índex de renda és altíssim (162,5% respecte el 95,6% del Poblenou), l'impacte de l'atur és la meitat i l'índex d'habitatge antic és quasi inexistent (un 2,7% al 2015 respecte un 47,9% del Poblenou el mateix any). Completa el nostre àmbit d'actuació Provençals del Poblenou, una zona tradicionalment industrial que en manté l'essència (un 62,7% d'indústria al 2016 respecte un 37,7% el Poblenou i un 5,3% Diagonal Mar FM), prou habitatge antic (16,2%) i una renda més semblant a la de Poblenou (102,8% índex de renda al 2015). L'atur també ha colpit especialment aquesta barriada, que es troba a mig camí entre Poblenou i Diagonal Mar.

Una altra dada a ressaltar és el creixement exponencial que ha experimentat el districte de Sant Martí respecte la resta de districtes i en el conjunt de Barcelona, pel que fa a nou habitatge, des del 1997 fins a dia d'avui: el 2021 els habitatges acabats van representar el 42% de Barcelona. Aquest augment d'habitatge ha comportat un increment demogràfic important a la nostra zona, tant pel que fa a "canvis de domicili" en la ciutat, com de persones de diverses nacionalitats, segons el barri.

Respecte a les nacionalitats del nostre entorn, mentre que a Barcelona i al Districte de Sant Martí les principals nacionalitats són Itàlia, Xina i Paquistà (en canvia només l'ordre), si ens fixem en els barris la cosa canvia. Tenim, per exemple, Itàlia, França i Xina al Poblenou; Itàlia, Xina i Marroc a Provençals del Poblenou; Itàlia, Rússia i França a Diagonal Mar Front Marítim. Podríem establir, doncs, que tenim majoritàriament nacionalitats europees al nostre entorn, i que aquestes nacionalitats europees coincideixen en els barris de major poder adquisitiu.

La nostra tasca, per tant, ha estat (i és, encara a dia d'avui) intentar integrar el nou veïnat amb el ja existent mitjançant les activitats a nivell de barri que realitzem, fomentant així la seva participació i donant a conèixer el teixit associatiu i les tradicions culturals del Poblenou. Aquestes activitats s'han portat a terme en el marc d'acció proposat, que comprèn els carrers de la zona Avda. Diagonal, Pere IV, Cristòfol de Moura, Passatge Klein, Marroc, Antic de València, Veneçuela, Fluvià, Provençals, Pallars, Pujades, Espronceda, Lope de Vega.

3. DESTINATARIS DEL PROJECTE

El nostre projecte compren persones de totes les edats mitjançant les diferents activitats proposades:

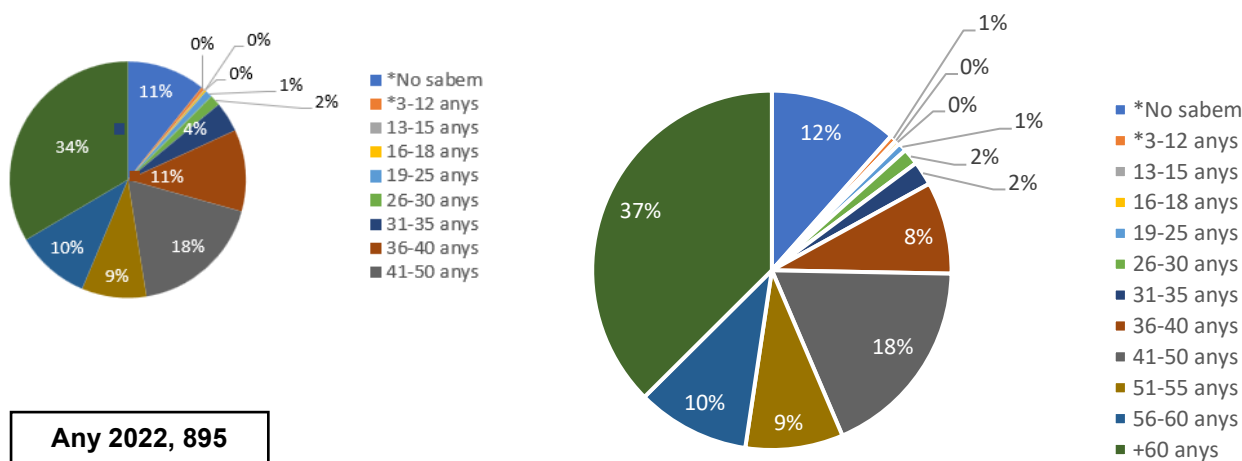
- Públic infantil – familiar: Oferim espectacles, tallers familiars i algunes sortides/visites, també de caire familiar. També oferim espais de trobada i xerrades per al col·lectiu de mares i relacionades amb la criança, que és el que més ens demanen.
- Públic jove: És el target menys nombrós al casal per la dificultat que ens suposa arribar a aquest públic. El trobem en algunes activitats per a persones adultes ja que permetem la participació a partir dels 13 anys, en activitats concretes com el taller de reparació de patinets elèctrics, específicament per a joves, però sobretot mitjançant activitats en col·laboració amb instituts (aquest 2023 destaquem els projectes comunitaris amb l'Institut Joncar amb la campanya de donació de sang i del casal per als joves).
- Públic adult: Oferim tallers, xerrades, espais de trobada, rutes i visites culturals, espectacles, exposicions i algunes altres activitats puntuals, per a aquest tipus de públic.

Les següents gràfiques, extretes de les dades que ens faciliten les persones usuàries quan fan les inscripcions a les diferents activitats, mostren els col·lectius que han freqüentat el Casal durant aquest 2023. En el gràfic 1, estan representats els usuaris i usuàries que s'han inscrit almenys a una de les activitats següents, que són bàsicament les que requereixen inscripció i ens permeten recavar les dades necessàries per a finalitats estadístiques:

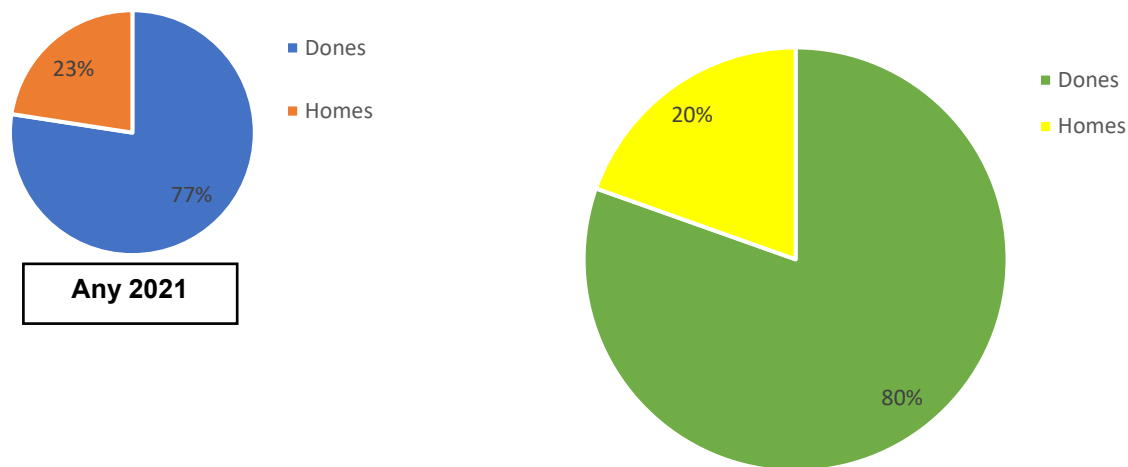
- Tallers
- Espais de trobada
- Rutes / Itineraris / Visites culturals / Sortides en grup al teatre i activitats similars
- Xerrades / Conferències

Queden excloses, per tant, les exposicions i els espectacles: aquestes activitats estan quantificades numèricament en un altre apartat (amb els indicadors), però no per gènere ja que l'entrada és "lliure".

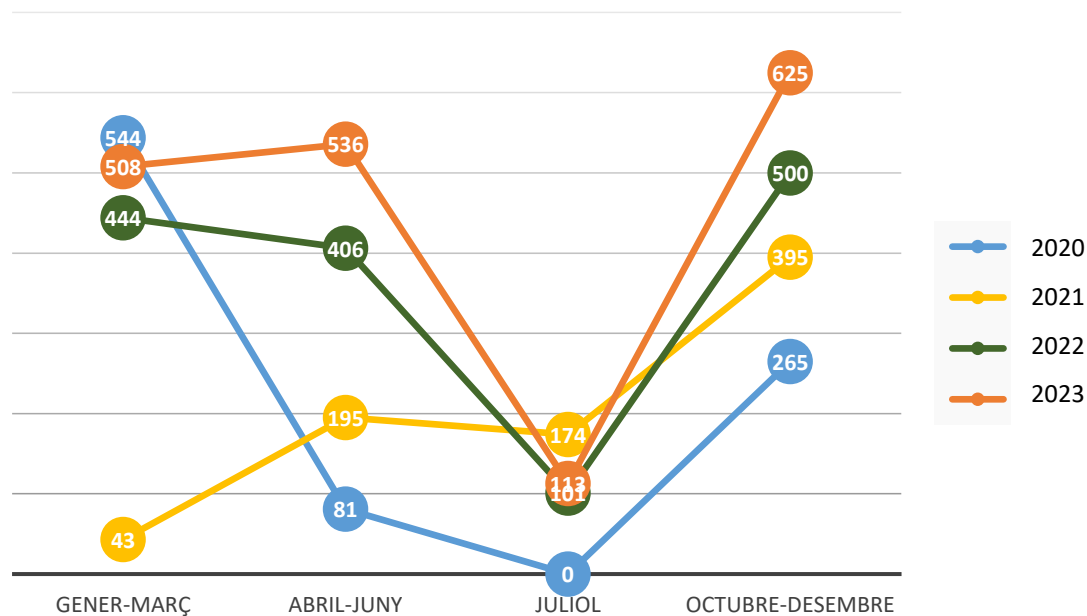
Gràfic 1: Públic del Casal durant el 2023, per edats (total usuaris/es úniques: 1.012)



Gràfic 2: Públic del Casal durant el 2022, per sexe



Gràfic 3: Evolució trimestral usuaris i usuàries (úniques) del Casal de Barri dels tres últims anys



Taula 1: Principals destinataris per franges d'edat en els últims 3 anys:

	2021 (total part.: 580)		2022 (total part.: 895)		2023 (total part.: 1.012)	
1er	+60 anys	31%	+60 anys	34%	+60 anys	37%
2n	41 a 50 anys	18%	41 a 50 anys	18%	41 a 50 anys	18%
3r	51 a 55 i 56 a 60 anys	12%	36 a 40 anys	11%	56 a 60 anys	10%
4t	36 a 40 anys	11%	56 a 60 anys	10%	51 a 55 anys	9%

Evolució de la participació i gènere

La primera cosa és que la participació ha anat en augment després de la pandèmia: 580 usuàries úniques al 2021; 895 al 2022; 1.012 al 2023. L'evolució és positiva i realment, al trimestre octubre-desembre del passat any va ser la primera vegada que es va igualar la participació trimestral amb els anys previs a la pandèmia, apropant-nos als números de 2019: 1.113 usuàries úniques anuals. La participació actual està entorn al 90% del nivell de participació del 2019 i anteriors, i cal veure si ha estat una cosa puntual o bé es mantindrà aquesta participació al llarg de l'any.

La segona cosa que veiem, és que la participació masculina ha tornat a baixar 3 punts durant el 2023 respecte l'any anterior, situant-se al voltant del 20%. És una realitat que el públic del casal de barri ha estat sempre altament feminitzat i, reflexionant sobre aquest tema, veiem dos motius que podrien fomentar aquesta polarització:

- Un motiu cultural: els espais de participació en general, i el moviment associatiu en concret, està conformat majoritàriament per dones, segurament per estreta vinculació del gènere amb les relacions socials i les cures.
- Un motiu segons l'oferta d'activitats, doncs molts dels tallers que oferim fomenten només la participació femenina, per exemple: zumba, confecció i patronatge, cosmètica natural...

Sobre el primer motiu no podem incidir gaire, només esperar que el públic més jove amb una visió diferent de la societat participi de les activitats proposades, i aquesta tendència efectivament s'ha observat amb les activitats familiars, on els homes tenen més presència que en anys anteriors (tot i així, principalment venen les mares).

Sobre el segon motiu sí que podem incidir i creiem que hem ofert activitats, durant el 2023, que han atret més públic masculí, com per exemple les activitats en cap de setmana (visites i sortides) relacionades amb l'oci i la cultura, ja que són activitats que sabem que sovint es realitzen en parella; activitats de balls en parella; o mitjançant espais de trobada com el tennis taula o el foto-fòrum, que han atret en major mesura aquest públic. Aquesta no deixa de ser una visió que segurament fomenta els estereotips de gènere, però tenint en compte que el principal grup d'edat del casal (en un 37%) és el col·lectiu +60 anys, considerem normal que es reproduïxin aquests estereotips.

Edat de les participants

Per últim, observem com el públic del Casal de Barri es va envellint i, si veiem la tònica dels últims anys, és una dada preocupant tenint en compte que el Casal de Gent Gran el tenim situat a 20 metres del nostre espai: hem passat del 31% al 37% de persones de +60 anys en dos anys, i s'ha situat en 5a posició un grup d'edat prioritari per nosaltres i que fins ara es situava en tercer lloc: persones d'entre 36 i 40 anys. Creiem que, malgrat els esforços que realitzem per oferir activitats innovadores que atraguin aquest públic més jove, aquestes ens arriben per realitzar activitats en família, de manera que quan els infants superen els 5 anys i ja no troben activitats al Casal, aquest col·lectiu de mares i pares els perdem.

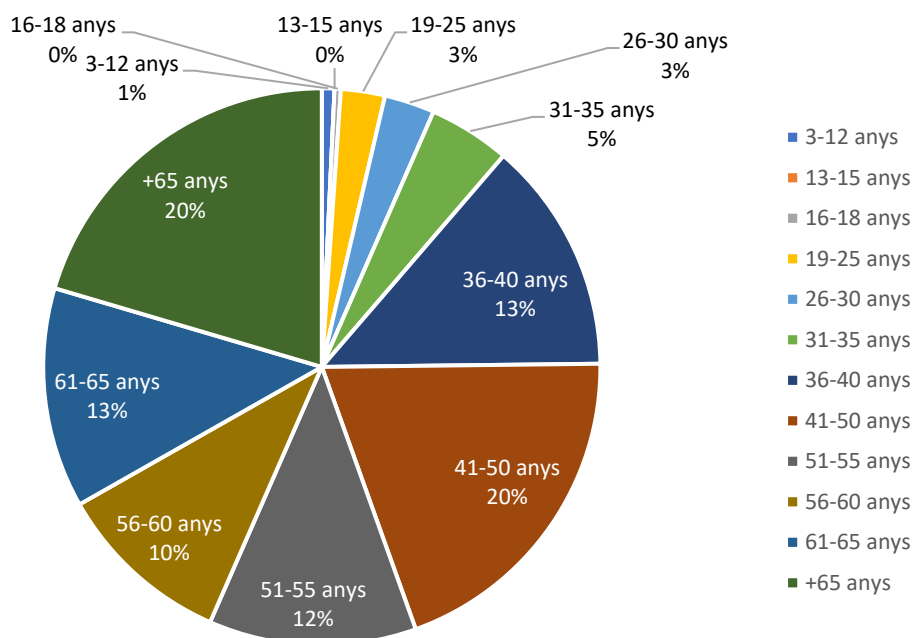
Per altra banda, creiem que la proximitat amb el Casal de Gent Gran i les activitats inter-generacionals que oferim els dos equipaments, no ens ajuda a definir amb claredat els públics al quals ens adreçem. Veiem que tenim moltes persones usuàries que freqüenten els dos espais, perquè troben activitats que els interessa en els dos equipaments, i veiem que tampoc tenen molt clar la diferència entre un equipament i l'altre.

A més, sabem que moltes de les persones que podrien ser usuàries del Casal de Gent Gran no es consideren "grans" com per fer activitats en dit equipament, de manera que ens ve a nosaltres en cerca d'activitats per a públic més jove. Seria la franja entre 61 i 65 anys que, al 2023, va representar un 13% del nou alumnat.

I finalment, entenent que entorn al 65% dels usuaris i usuàries del casal són persones que van començar fa anys amb nosaltres, és conseqüent pensar que aquests van passant de "tram" d'edat a mesura que passa el temps.

Però, si mirem en detall els usuaris i usuàries del 2023, també veiem una mica de llum pel que fa a l'edat de les participants, i és que, del 35% de nou alumnat, un 30% ocupa la franja a la qual volem arribar, persones entre 36 i 50 anys, per tant considerem que hem de seguir en la línia d'integrar propostes interessants i innovadores per aquesta col·lectiu.

Gràfic 4. Edat dels nous usuaris i usuàries del Casal del 2023 (364 noves de 1.012 participants):



En conclusió, al 2023, el perfil d'usuari tipus del nostre Casal va ser una dona, al voltant dels 55 anys, del barri del Poblenou i Diagonal Mar Front Marítim, principalment, i amb un cert poder adquisitiu, donat el caire de pagament de la majoria d'activitats proposades.

4. FASES D'EXECUCIÓ DEL PROJECTE

Les activitats que hem dut a terme durant el 2023 responen a objectius ben clars definits al projecte: fomentar la participació ciutadana i integració del nou veïnat; fomentar el teixit associatiu i les iniciatives veïnals; fomentar el treball en xarxa i comunitari; i esdevenir un centre de proximitat, acompanyament i punt d'informació. Aquesta és l'evolució que han seguit les principals activitats durant l'any, en comparació amb l'any 2022:

Taula 2. Evolució d'inscripcions per activitats al 2023

	Gen-març	Abril-juny	Juliol	Oct-des
Tallers	441	451	87	538
Espais de trobada	95	91	52	80
Visites/sortides	79	69	0	81
Xerrades	48	69	48	74
TOTAL INSCR.	663	680	187	773

Taula 2. Evolució d'inscripcions per activitats al 2022

	Gen-març	Abril-juny	Juliol	Oct-des
Tallers	351	333	92	436
Espais de trobada	58	58	50	72
Visites/sortides	71	63	0	85
Xerrades	82	55	12	0
TOTAL INSCR.	562	509	154	593

Distingim les activitats que ofereix el Casal en quatre grans calaixos, depenent l'objectiu que persegueixen establerts al projecte:

1. Activitats que promouen la vida social i cultural, fomentant la cohesió social i la integració: tallers, xerrades, visites culturals, espectacles i algunes campanyes singulars.
2. Activitats que fomenten la participació activa de la ciutadania promovent les seves idees i projectes: Espais de trobada, exposicions, cessions d'espais a col·lectius i entitats, i algunes campanyes singulars.
3. Treball en xarxa que fomenten l'acció comunitària i activitats resultants.
4. Altres serveis del Casal que conformen la cartera de serveis bàsics: punt d'informació i acollida.

4.1 Activitats que fomenten la participació ciutadana i integració del veïnat

Dins d'aquest apartat trobem les activitats culturals i de lleure com els tallers, les xerrades, els espectacles, les rutes o visites culturals i la campanya singular: Cicle d'activitats especial per al 8M.

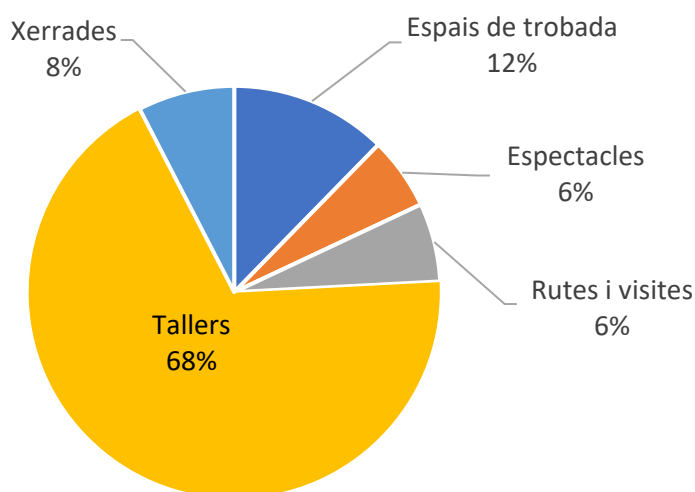
4.1.1 Tallers

El 2023 ha estat un any de recuperació i molt regular pel que fa a la programació. Hem pogut portar a terme la majoria de les activitats previstes: 144 tallers i monogràfics dels 163 programats al llarg de l'any, és a dir, quasi el 90% de la programació prevista. En comparació amb el 2022, on es van dur a terme 129 tallers i/o monogràfics, hem ofert una vintena més d'activitats, tot mantenint les nostres línies de treball: diversitat d'activitats, diversitat d'horaris per afavorir al màxim la participació del públic al qual van dirigits, diversitat en el públic objectiu.

Pel que fa a l'evolució de la participació, aquesta ha anat en augment al llarg de l'any, i ha estat a l'octubre-desembre de 2023 que hem assolit xifres de participació (i econòmiques) semblants a les prèvies a la pandèmia.

Si mirem detingudament el percentatge d'activitats que ofereix el casal de cada tipologia, veiem com els tallers són la principal oferta, cosa que ve motivada per la necessitat de cobrir els sous de les persones treballadores, així com del professorat contractat per a aquest fi:

Gràfic 5: Tipologies de les activitats ofertades al 2023



Tipologia de les activitats proposades

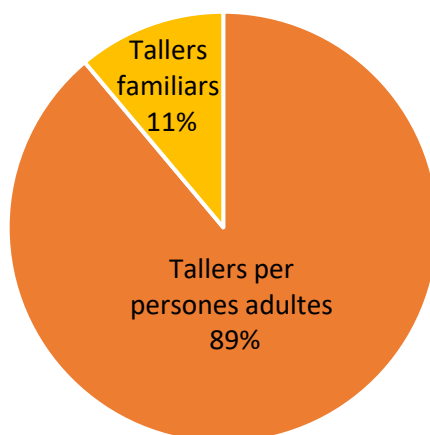
Al 2023 hem seguit posant en pràctica l'estil de programació que hem portat a terme fins ara d'acord a l'observació de l'entorn, enquestes i suggeriments dels usuaris i usuàries que ens han fet arribar des dels diferents canals que es contemplen: web, correu electrònic, assemblees d'usuàries, comissió de gestió o simplement adreçant-se al taulell d'informació.

A grans trets, els tres grans eixos entorn dels quals gira la programació són:

- Diversitat en el públic objectiu: Malgrat les dificultats que trobem en determinats grups d'edat, hem adreçat tallers tant a públic familiar, joves i públic adult. Val a dir que les activitats per a joves les treballem conjuntament amb altres col·lectius per la dificultat que ens suposa arribar a elles, doncs per exemple el taller de manga que vam oferir per joves a partir de 10 anys no va tenir bona acollida. Els tallers familiars i per persones adultes han tingut en general molt bona acollida.

En el següent gràfic es pot observar el percentatge de tallers oferts a cada tipus de públic, tot i que cal mencionar que no contempla altres tipologies d'activitat com xerrades i espectacles, on també adreçem molta activitat al públic familiar, per exemple.

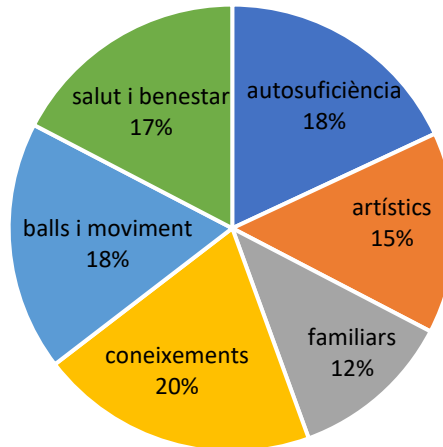
Gràfic 6. Percentatge de tallers familiars i per a persones adultes



- Diversitat en la branca temàtica: L'oferta de tallers (i activitats en general) la dividim en cinc grans calaixos ja mencionats, tot i que algunes activitats poden confluïr en més d'una branca. Aquests són els grans calaixos en els quals hem emmarcat els tallers proposats:
 - Salut i benestar: Hem ofert activitats relacionades amb el benestar físic i emocional, com ioga, pilates, gestió de les emocions, fotografia terapèutica, riureteràpia... i també xerrades, que comentarem més endavant.
 - Coneixements i aptitudinals: Hem ofert tallers com idiomes (francès, anglès, italià), fotografia, comunicació no violenta, tast de vins.
 - Artístics: Hem ofert l'espai d'art (diferents tècniques manuals), dibuix i pintura o guitarra (diferents nivells).
 - Balls i moviment: Hem proposat tallers de ball en parella com salsa, balls de saló... i altres individuals com zumba, bollywood o country.
 - Autosuficiència i sostenibilitat: Durant el 2023 hem reforçat les activitats relacionades amb les tres R (reduir, reutilitzar, reciclar), mitjançant professorat propi o en col·laboració amb programes i entitats proposats per l'Ajuntament com Cercle Zero. Així, hem ofert activitats com cosmètica sòlida zero envasos, reparació de patinets elèctrics, confecció o arranjaments de la pròpia roba, cuina d'aprofitament, restauració de mobles, entre d'altres.

En el següent gràfic, veiem com l'oferta entre les diferents branques és bastant equilibrada:

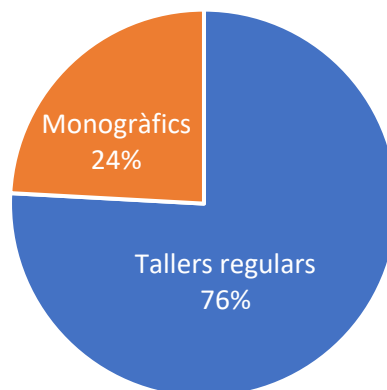
Gràfic 7: Temàtiques dels tallers oferts l'any 2023



- Formats alternatius de taller i temàtiques: Al llarg dels anys hem fomentat formats alternatius de taller: monogràfics de 4-5 classes, regulars de 9-10 classes, càpsules d'un dia, 3 hores, etc. En els formats curts de taller hi veiem diferents avantatges:
 - Al ser més curts, són més econòmics i impliquen menys compromís temporal a l'usuari/a, la qual cosa fomenta la participació.
 - Ens permet programar “a posteriori” en espais buits de programació (tallers que finalment no s'han realitzat per no assolir el mínim de participants), amb la qual cosa aprofitem molt més les sales de què disposem.
 - Pel que fa a la difusió, aquest format permet fer difusió específica via mailing, xarxes socials, etc., servint aquests com a “recordatori” i tenint un poder de reclam en l'usuari/a bastant alt.

A la següent gràfica veiem el percentatge de monogràfics i tallers regulars respecte la totalitat de tallers oferts:

Gràfic 8. Percentatge de tallers regulars i monogràfics



- Diversitat d'horaris: Pel que fa als horaris als quals adreçem l'activitat, sempre tenim en compte el col·lectiu a qui va adreçat a fi de facilitar la participació. D'aquesta manera:
 - Les activitats amb nadons les hem ofert generalment al matí perquè els petits estan menys cansats i més receptius i les mares (i pares), amb més temps lliure. Tot i que, si el col·lectiu ens ho ha demanat, hem canviat l'horari, com ha estat el cas de massatge infantil que el vam oferir al trimestre d'octubre en horari de tarda.
 - Les activitats per a infants d'1 a 3 anys i 3 a 5 anys les hem ofert a primera i segona hora de la tarda, perquè al matí van a l'escola bressol. Tot i que també hem ofert alguna activitat per aquesta edat en horaris de matí per a la infància no escolaritzada, a petició del mateix col·lectiu de mares i pares.
 - Els tallers per persones adultes els hem ofert majoritàriament en horari de tarda a partir de les 18h, tot i que també n'hem ofert al matí per al sector de població que treballa de tarda o bé està en situació d'atur (o bé persones jubilades).
 - Les activitats que es poden realitzar en una càpsula de 3 hores, així com activitats més lúdiques, les hem ofert en dissabte al matí donat l'ampli horari d'obertura del Centre.

Seguint els criteris esmentats, les activitats proposades i realitzades durant el 2023 són les següents (fem una selecció de les principals, per més informació veure annex A: Programa d'activitats del 2023):

GENER-MARÇ'23	ADULTES +18)	JOVES (+13)	FAMILIAR S/INF.	HOR. MATI	HOR. TARDA	HOR. DISSABT E	REGU- LAR	MON./ CAP.
PILATES / IOGA / FELDENKRAIS	x			x	x		x	
COMUNICACIÓ, PNL I CNV	x				x	x	x	x
LLENGUA DE SIGNES CATALANA	x				x		x	
NEUROFITNESS (+65)	x			x			x	
IDIOMES (FRANCES, ANGLÈS, ITALIÀ)	x				x		x	
GUIARRA	x				x		x	
CUINA SENSE GLUTEN	x				x			x
FOTOGRAFIA AMB MÒBILS	x	x				x		x
MASSATGE INFANTIL			x	x				x
PRIMERES NOTES MUSICALS (0-12m) (1-3a)			x	x	x		x	
IOGA MARES I NADONS			x	x			x	
IOGA EN FAMÍLIA (3-5 ANYS)			x		x		x	

COSMÈTICA NATURAL: EMULSIONS, ZERO WASTE	X				X	X	X	X
RESTAURACIÓ DE MOBLES	X					X	X	
TAST DE VINS / TAST DE CERVESES	X				X			X
BALLS: DANSA AFRICANA, BALLS DE SALÓ, ZUMBA, COUNTRY, BOLLYWOOD, ETC.	X	X			X		X	
ARTÍSTICS: DIBUIX I PINTURA, PATCHWORK, CONFECCIÓ I PATRONATGE	X			X	X		X	

ABRIL-JUNY'23	ADULTES S +18)	JOVES (+13)	FAMILIAR S/INF.	HOR. MATI	HOR. TARDA	HOR. DISSABTE	REGU- LAR	MON./ CAP.
PILATES / IOGA / FELDENKRAIS	X			X	X		X	
MARXA NÒRDICA	X				X		X	
IDIOMES (FRANCES, ANGLÈS, ITALIÀ)	X				X		X	
FOTOGRAFIA DE VIATGE	X	X			X			X
COMUNICACIÓ: PNL	X					X		X
NEUROFITNESS (+65)	X			X			X	
LLENGUA DE SIGNES	X				X		X	
GUIARRA	X	X			X		X	
TAST DE CERVESES	X				X			X
MASSATGE INFANTIL			X		X			X
PRIMERES NOTES MUSICALS (0-12m) (1-3a)			X	X	X		X	
IOGA MARES I NADONS			X		X		X	
IOGA EN FAMÍLIA (3-5 ANYS)			X		X		X	
COSMÈTICA NATURAL D'ESTIU, AROMATERÀPIA PER AL DIA A DIA, ZERO WASTE	X				X	X	X	X
RESTAURACIÓ DE MOBLES	X					X	X	
BALLS: DANSA AFRICANA, BALLS DE SALÓ, ZUMBA, COUNTRY, BOLLYWOOD, ETC.	X	X			X	X	X	
ARTÍSTICS: DIBUIX I PINTURA, ESPAI D'ART – DECORACIONS, ESPAI D'ART PATCHWORK, CONFECCIÓ I PATRONATGE	X			X	X		X	

OCTUBRE-DESEMBRE'23	ADULTES +18)	JOVES (+13)	FAMILIARS/INF.	HOR. MATI	HOR. TARDA	HOR. DISSABTE	REGULAR	MON./CAP.
PILATES / IOGA/ FELDENKRAIS	X			X	X		X	
MARXA NÒRDICA	X				X		X	
LLENGUA DE SIGNES	X	X			X		X	
IDIOMES (FRANCES, ANGLÈS, ITALIÀ)	X			X			X	
GUIARRA	X	X			X		X	
CRANÇA DIGITAL			X		X			X
MASSATGE INFANTIL			X		X			X
PRIMERES NOTES MUSICALS (0-12m) (1-3a)			X	X	X		X	
IOGA MARES I NADONS			X		X		X	
IOGA EN FAMÍLIA (3-5 ANYS)			X		X		X	
COSMÈTICA NATURAL: FARMACIOLA NATURAL, SPA A CASA	X				X	X	X	X
TRANSICIÓ A UNA VIDA SOSTENIBLE I SENSE TÒXICS	X				X		X	
RESTAURACIÓ DE MOBLES	X					X	X	
CUINA APROFITAMENT	X					X		X
REPARACIÓ PATINETS ELÈCTRICS	X	X				X		X
CENTRE FLORAL / CORONES DE NADAL	X					X		X
BALLS: DANSA AFRICANA, BALLS DE SALÓ, ZUMBA, COUNTRY, BOLLYWOOD, ETC.	X	X			X		X	
ARTÍSTICS: DIBUIX I PINTURA, ESPAI D'ART – DECORACIONS, ESPAI D'ART PATCHWROK	X	X		X	X		X	

4.1.2 Xerrades i conferències

Aquest espai està pensat per donar a conèixer projectes i serveis, o aprofundir sobre temàtiques que ens proposen els i les usuàries, els mateixos serveis o que la comissió de gestió considera d'interès. Aquest 2023, arrel d'una petició específica que va sorgir de l'assemblea d'usuàries del 2022, també s'ha aprofundit en xerrades històriques i sobre memòria històrica.

Aquest espai també dona visibilitat a les entitats que gestionen aquests projectes, que sovint necessiten un equipament de proximitat com el nostre per transmetre a la ciutadania la informació de manera més

directa. Si ha calgut, hem agrupat les xerrades en cicles. Finalment, les xerrades i cicles que hem dut a terme han estat 15, i són les següents:

- *Xerrada: La comunicació no violenta.* El dijous 26 gener, 18h. En aquesta xerrada volíem copsar l'interès que despertava la comunicació en els usuaris i usuàries del Casal, abans de proposar un taller regular al respecte. Va tenir prou acceptació: 8 participants.
- *Cicle xerrades: Coneix la història i històries de la Catedral de Barcelona.* En aquest cicle de xerrades es va explicar la història de la Catedral de Barcelona i les seves particularitats i anècdotes, a càrrec d'un voluntari de l'escola de voluntaris i monitors de la Catedral, i usuari del Casal, el qual ens va demanar espai per dur a terme aquestes xerrades. En concret:
 - *Xerrada 1: La cripta de Santa Eulàlia.* El dijous 27 abril, 19h. 14 participants.
 - *Xerrada 2: La catedral de les cinc portes.* El dijous 25 maig, 19h. 17 participants.
 - *Xerrada 3: El cor de la catedral.* El dijous 14 desembre, 19h. 9 participants.
- *Cicle xerrades 'per als teus peluts'.* La comissió de gossos de l'entitat gestora del Casal, que treballa per a la millor convivència entre famílies amb gossos i sense, va proposar realitzar un seguit de xerrades al Casal per visibilitzar la feina que fan. Vam fer les següents:
 - *Xerrada 1: Planificació d'excursions canines.* El dijous 16 març, 19h. A càrrec de la comissió de gossos de l'entitat i CanBiosis, educació empàtica canina. Hi van assistir 14 persones.
 - *Xerrada 2: Gossos i pirotècnia.* El dimarts 9 maig, 19h. A càrrec de la comissió de gossos de l'entitat i CanBiosis, amb la finalitat de donar consells de com afrontar els petards pels volts de Sant Joan. Hi van assistir 20 persones.
 - *Xerrada 2: Comportament caní.* El dijous 15 juny, 18.30h. A càrrec de la comissió de gossos de l'entitat i CanBiosis. Hi van assistir 13 persones.
- *Cicle xerrades sobre alimentació i salut.* Fruit de la cooperació amb els diferents Centres d'Atenció Primària del barri, i del treball en xarxa amb la Taula d'Alimentació i Salut del Poblenou, vam concretar per al juliol aquest cicle de xerrades amb la nutricionista del CAP Poblenou. En concret, aquest cicle va tenir molt bona acollida:
 - *Xerrada 1: Planificació d'un menú setmanal saludable.* Dimecres 5/7, 18h. Hi van assistir 14 persones.
 - *Xerrada 2: Com llegir l'etiquetatge dels aliments?* Dimecres 12/7, 18h. Hi van assistir 16 persones.
 - *Xerrada 3: Els efectes del sucre a la nostra salut. Com podem reduir-lo?* DC 19/7, 18h. Hi van assistir 18 persones.
- *Xerrada. La façana de la passió de la Sagrada família, l'últim gran repte de Subirachs.* Dimarts 24 octubre, 18h. A càrrec de Judith Subirachs, filla de l'artista. Hi van assistir 13 persones. Va complementar l'activitat una visita a l'Espai Subirachs.

- *Xerrada: Junta arbitral de consum, què és i en què ens beneficia?* El dijous 9 novembre, 18.30h. L'objectiu era donar a conèixer el servei i l'arbitratge, així com reflexionar sobre la manera en que vivim i resollem els conflictes a les ciutats. Hi van assistir 7 persones.
- *Cicle xerrades sobre criança digital.* Aquest cicle el vam oferir dues vegades. Quan vam oferir-ho a l'abril no va tenir bona acollida i el vam haver de cancel·lar. Però davant els fets d'actualitat que es van anar succeint al llarg de l'any, i creient fermament que l'educació en les pantalles i les xarxes és un repte en la criança d'avui dia, al novembre vam tornar a oferir aquestes xerrades en format càpsula-taller, i vam aconseguir tirar-les endavant, assumint, des del Casal, una part del cost d'aquestes. En concret:
 - *Xerrada 1: Com posar límits a les pantalles?* El dijous 9 novembre, 18.30h. Hi van assistir 9 persones.
 - *Xerrada 2: Què fer quan el teu fill o filla et demana un mòbil?* El dijous 23 novembre, 18.30h. Hi van assistir 10 persones.

D'aquests cicles que realitzem respecte la criança extraïem algunes conclusions, i és que la criança segueix recaient principalment en el gènere femení: el 90% de les participants van ser dones.

- *Xerrada: El Poblenou d'ahir i d'avui.* El dijous 16 novembre, 18.30h. A càrrec de l'Arxiu Històric de Poblenou. Hi van assistir 34 persones, i va complementar l'activitat una ruta/itinerari per llocs emblemàtics del Poblenou amb un aplicatiu que permetia veure com era aquell indret, en diferents èpoques passades.

De les xerrades plantejades inicialment, no vam poder dur a terme les següents, per manca de participants: Com afrontar una entrevista laboral; cicle de xerrades sobre criança digital a l'abril-juny (a l'octubre, vam aconseguir tirar-les endavant).

El passat 2022, davant l'alt grau d'absentisme a les activitats gratuïtes després d'inscripcions formalitzades, ens va portar a una reflexió sobre com millorar la taxa d'assistència en aquestes activitats, i vam portar la qüestió a la comissió de gestió. Aquesta, després d'un llarg debat, va arribar a dues conclusions i propostes d'acció:

1. Fer pedagogia/conscienciació en les persones assistents, respecte el compromís i el fet que gratuïtat no vol dir que no hi hagi una feina darrera i fins i tot un cost que assumeix el Casal. Per a aquest fi, fem recordatoris a les persones assistents sobre l'existència de llistes d'espera.
2. Posar un preu simbòlic de 5€, bescanviables per altres activitats del Casal de Barri si la persona que s'apunta assisteix a l'activitat.

Durant aquest 2023 hem compaginat aquesta fórmula amb xerrades totalment gratuïtes, normalment relacionades amb serveis com els Centres d'Atenció Primària on, per normativa seva, no podíem aplicar aquesta fórmula-dipòsit. I realment, ens està funcionant prou bé, en el sentit que potser no tenim les

xerrades completes però realment tampoc era realista tenir 30 persones i que assistissin la meitat. Per part de les persones usuàries, també ha tingut bona acollida la proposta, i la mantindrem de cara a futur (excepte en aquelles activitats que ens indiquin el contrari).

4.1.3 Rutes, visites i sortides en grup per Barcelona

Aquesta activitat respon directament a suggeriments fets per part dels nostres usuaris i usuàries, on la part cultural o de coneixença del propi patrimoni és important per aquestes. Aquesta activitat ha anat evolucionant i també ha incorporat les sortides en grup al teatre o a visitar museus de la ciutat. Aquestes sortides s'han realitzat en caps de setmana (dissabte o diumenge, segons l'activitat) i durant el 2023 van intentar recuperar la freqüència d'una sortida al mes, cosa que gaire bé hem aconseguit a excepció de mesos difícils de compaginar com juliol o desembre. Aquest ha estat el calendari de rutes i visites executats durant l'any:

1. **Visita guiada a l'edifici La Balma | Dissabte 21 gener, 11h.** A càrrec d'una persona que viu als habitatges de la Balma, i que és usuària del Casal. Hi van assistir 18 persones.
2. **Ruta pel barri del Born, llegendes i tradicions | Dissabte 18 febrer, 11h.** Hi van assistir 20 persones.
3. **Sortida al Teatre Borràs: Fitzroy | Diumenge 19 febrer, 17h.** Hi van assistir 25 persones.
4. **Visita guiada a la Catedral de Barcelona | Dissabte 18 març, 10h.** A càrrec d'un voluntari de l'Escola de Monitors i voluntaris de la Catedral, i usuari del Casal. Hi van assistir 20 persones.
5. **Visita guiada a l'edifici La Balma (2n grup) | Dissabte 22 abril, 11h.** Aquesta ruta la vam repetir per donar sortida a la llarga llista d'espera. Hi van assistir 17 persones.
6. **Visita guiada a la Catedral de Barcelona (2n grup) | Dissabte 13 maig, 10h.** Aquesta visita la vam programar per donar sortida a la llista d'espera de la primera visita. Hi van assistir 20 persones.
7. **Ruta Un passeig senyorial per l'Eixample | Dissabte 20 maig, 11h.** A càrrec d'una guia oficial de Catalunya. Hi van assistir 16 persones.
8. **Visita guiada al Museu Marítim | Dissabte 10 juny, 11h.** A càrrec d'un usuari del Casal, que forma part de l'associació d'amics del Museu Marítim. Hi van assistir 17 persones.
9. **Visita a l'exposició immersiva de Tutankamon | Dissabte 7 octubre, 10.30h.** Als antics estudis Ideal (Ideal Barcelona). Vam aconseguir un preu molt reduït per ser una entitat del barri, i a causa de la llista d'espera vam oferir un segon grup el 21 d'octubre. Hi van assistir, a aquesta primera visita, 25 persones.
10. **Visita a l'exposició immersiva de Tutankamon | Dissabte 21 octubre, 10.30h.** Hi van assistir 25 persones.
11. **Visita comentada a l'Espai Subirachs | Dissabte 28 octubre, 11h.** A càrrec de la filla de l'artista, Judith Subirachs, historiadora de l'art. Complementava la visita la xerrada sobre la façana de la passió. Hi van assistir 15 persones.
12. **Itinerari El Poblenou d'ahir i d'avui, interactiu | Dissabte 18 novembre, 11h.** A càrrec de l'Arxiu Històric del Poblenou. Aquesta va ser una visita interessant doncs les persones

participants anaven amb un aplicatiu al mòbil, juntament amb el guia de l'arxiu, i podien veure en les seves pantalles com era l'espai que estaven visitant en diferents moments històrics. Complementava la visita una xerrada sobre el Poblenou. Hi van assistir 21 persones.

Respecte les sortides previstes, no vam poder dur a terme per manca de disponibilitat de l'organitzador la visita guiada al Laberint d'Horta, donat que ho hem intentat en diverses ocasions.

Totes les rutes i visites programades es van dur a terme, completant els grups amb el màxim de participants la majoria d'activitats, que oscil·la entre les 15 i 25 persones. Aquesta és una proposta que té molt bona acollida entre els i les usuàries del Casal, al ser una activitat exterior, que es realitza molts cops en parella i que s'interpreta com una activitat d'oci planer.

La majoria de rutes i itineraris han tingut una durada de 2 hores, i el preu ha estat molt variat:

- Gratuïtes, les visites guiades a la Balma o la del Museu Marítim, doncs les persones es van oferir a fer-ho gratuïtament: una, per donar a conèixer l'espai on viu i l'altra, per donar a conèixer la seva passió.
- Entre 3 i 8€ les visites guiades a la Catedral de Barcelona, doncs el preu és simbòlic com a aportació a la Catedral o les que realitzen entitats del territori com a deferència, com l'itinerari sobre el Poblenou o l'Expo de Tutankamon.
- 12€ les que requereixen de guia, com el Passeig senyorial per l'Eixample o l'itinerari pel born.
- Entre 20 i 25€ les sortides en grup al teatre, com la de Fitzroy, ja que sovint no aconseguim rebaixes en el preu sinó millors localitats per al mateix preu de venda.

Per a l'execució d'aquesta activitat hem comptat amb la participació de persones usuàries implicades en la gestió del Casal, que ens ajuden en tasques de control dels participants i acollida del grup als punts de trobada de les sortides/visites.

4.1.4 Dinamització de l'Espai Escènic Bac de Roda: Espectacles

Una part del projecte del Casal consisteix en dinamitzar l'Espai Escènic Bac de Roda, un petit espai de 40 localitats on s'hi ofereixen tot tipus d'espectacles. Aquest espai, a més de ser un espai d'oci, també proposa reflexionar sobre temàtiques socials i d'actualitat, i dona sortida tant a companyies emergents, com companyies del circuit tradicional, com les companyies de teatre que tenen seu al Casal de Barri.

Les línies de treball que hem seguit per realitzar la programació del 2023 ha estat l'habitual:

- diversitat de públic objectiu, des d'infants/famílies fins a persones adultes
- diversitat de gèneres o branques escèniques
- diversitat en els grups que hi actuen (companyies residents, amateurs o semi-professionals)
- que treballin temes com la perspectiva de gènere i el racisme, ja sigui amb infants o amb persones adultes.

La programació d'espectacles s'ha ofert un cop al mes, normalment entre setmana i puntualment el dissabte al matí, d'acord al projecte presentat i d'acord als següents criteris:

- Espectacle familiar: dijous o divendres (17.30-18h), o dissabte matí (12h).
- Espectacles per a públic adult: dijous o divendres (19.30-20h).

Els espectacles oferts durant l'any han respectat el taquillaatge establert al projecte: alguns gratuïts, altres en format 'taquilla inversa', altres sota un preu d'entre 4 i 8€. Els espectacles oferts al 2023 han estat els següents:

Data / Assist.	Gènere i Públic objectiu	Títol	Preu	Comentaris
Dijous 19 gener, 20h -- 31 assistents	Màgia Públic adult	La màgia està en tu, amb la maga Psiquelady	Taquilla inversa	Espectacle relacionat amb el PNL i la comunicació, que complementava una mica els monogràfics/formacions realitzades al respecte com a tallers del casal de barri.
Dissabte 25 febrer, 12h -- 49 assistents	Teatre Públic familiar	De Faula, amb la Guilla Teatre	Taquilla inversa	Espectacle de titelles familiar relatiu al medi ambient, el maltractament entre iguals i l'abús de poder. * Espectacle sobre medi ambient.
Divendres 24 març, 20h -- 35 assistents	Musical-clown Públic adult	El Brindis, concert per a clown i piano, amb Maia Teatre	8€	Espectacle musical (piano) i clown que explora les emocions i les sensacions mitjançant la música.
Dijous 20 abril, 17.30h -- 15 assistents	Teatre musical Públic familiar	Sòmines de l'Àrtic, amb Cia Toma pa Ti	4€	Espectacle per a públic familiar que reflexiona sobre el canvi climàtic i les accions que podem dur a terme per revertir-lo. No va tenir bona acollida, per l'assistència que acostumen a tenir els espectacles familiars * Espectacle sobre medi ambient.
Divendres 19 maig, 20h -- 45 persones	Teatre Públic adult	Descansa en pau, amb Vadaretro Teatre	Gratuït	Comèdia <i>d'enredos</i> actual sobre assassinats i altres, a càrrec d'una companyia amateur.
Dissabte 17 juny, 12h -- 16 asssitents	Dansa Públic familiar	Dansa inclusiva sense límits, amb Invictus Dance Company	Taquilla inversa	Espectacle de dansa inclusiva per a públic familiar a càrrec d'una companyia amb actors i actrius amb diversitat funcional, que tracta sobre la superació i acceptació d'un mateix. Va ser una proposta arriscada que va tenir poca acollida. * Espectacle inclusiu sobre diversitat funcional

Diss. 15 juliol / dium. 16 juliol -- 41+42= 83 ass.	Teatre Públic +12 anys	No me cuenten cuentos, d'El Portàtil Teatre	6€	Espectacle de la companyia resident al Casal de Barri que tracta de canviar els contes clàssics, canviant també el sentit dels mateixos. * Espectacle amb perspectiva de gènere
Dimarts 12 setembre, 20h -- 42 assistents	Comèdia Públic adult	Agència matrimonial 7 d'amor, amb M'enredo Teatre	Gratuït	Espectacle còmic i esbojarrat per a públic adult subvencionat per l'entitat gestora, emmarcat en la Festa Major del Poblenou.
Dimecres 13 setembre, 18h -- 60 assistents	Concert Públic familiar	La cançó del teu nom, amb Rumba Menuda	Gratuït	Espectacle musical per a públic familiar emmarcat en la Festa Major del Poblenou, i subvencionat per l'entitat gestora.
Dissabte 21 octubre, 12h -- 22 assistents	Humor i màgia Públic familiar	Bus stop, amb Circonfuso	4€	Espectacle per a públic familiar que tracta sobre l'autoestima, de donar importància a les petites coses (al viatge) i no tant a les metes.
Divendres 24 novembre, 19.30h -- 41 assistents	Teatre Públic adult	Calaveres atònites, amb Les 7 toques	Taquilla inversa	Adaptació feta per la companyia d'un recull de narracions de les obres "Calaveres atònites" i "El cafè de la granota", de Jesús Moncada que reflecteix, amb un toc d'humor, l'època de postguerra dels cinquanta.
Divendres 22 desembre, 17h -- 150 assistents	Animació Públic familiar	Festa de Nadal: Concert amb GripauBlau i xocolatada	Gratuït	Festa de Nadal per a públic familiar amb un concert d'animació amb el grup GripauBlau, i una xocolatada solidària per al projecte de càncer infantil de l'Hospital Sant Joan de Déu. Espectacle subvencionat per l'entitat gestora.

En total han assistit als espectacles unes 589 persones (695 l'any anterior). Creiem que aquesta diferència s'ha produït perquè hem introduït alguns espectacles de pagament, mentre que al 2022 van ser tots gratuïts a fi de recuperar la participació i confiança del veïnat post-pandèmia. Tot i així, estem satisfetes doncs, excloent la festa de Nadal que es realitza a l'exterior i on la participació augmenta significativament, la mitjana per espectacle és de 37 persones sobre un aforament de 40-42.

Pel que fa a la qualitat dels espectacles i la seva temàtica, ens ha faltat incloure alguna cosa més sobre gènere i racisme, aspectes que també treballem, però per contra hem incidit en el medi ambient, aspecte molt important davant la realitat de sequera i canvi climàtic que ens trobem.

4.1.5 Campanyes singulars

Les campanyes singulars a destacar aquest 2023 es resumeixen en 5, alguna l'expliquem en aquest apartat perquè s'ha promocionat des del centre, i altres les explicarem més endavant en els apartats de treball comunitari: La donació de sang en col·laboració amb el Bac de sang i teixits; la campanya solidària Un llibre per un plat a taula; la paradeta d'artesanía solidària per al càncer de mama metastàtic; el projecte ACTUA de l'Institut Joncar; i el cicle d'activitats del 8M, que expliquem a continuació.

Cicle d'activitats especial #8M

Al 2023 vam dur a terme una programació de 8M més modesta que l'any anterior, per motius de pressupost i perquè valorant l'any anterior conjuntament amb la comissió de gestió, la participació no va compensar la despesa realitzada. En conseqüència vam oferir les següents activitats obertes i gratuïtes (veure annex B: Cartell programació 8M 2023):

- Xerrada-debat: Maternitat amb dignitat, el dilluns 20 març, 16h. Per al col·lectiu nombrós de mares i nadons, vam realitzar aquesta sessió de reflexió i debat amb la col·laboració de l'associació PETRA'S Maternitats feministes. Hi van assistir 11 mares amb els seus infants.
- Tastet: Autodefensa feminista, el dimarts 21 març, 18.30h. En aquest tastet vam donar tips sobre control de l'espai, defensa corporal i senyals d'ajuda, per copsar l'interès de les participants i realitzar a posteriori, si era una demanda del grup, una formació més llarga al respecte. Hi van assistir 15 dones.
- Exposició: La nostra associació, amb veu de dona. Inauguració el 17 març, 19h. Aquesta exposició va ser molt maca, i vam voler posar en relleu les dones de la nostra associació, que sovint fan feines invisibles però que donen vida i generen activitats per al veïnat.

Així, en col·laboració amb les dones fotògrafes del Fotoclub Poblenou, que van ser les encarregades de fer les fotografies i organitzar el set, vam convocar dues jornades fotogràfiques. En total, més d'una trentena de les nostres dones, que fan voluntariat en diferents àmbits de l'entitat gestora i el casal, van ser fotografiades en format retrat i en les seves tasques habituals. A més, vam acompanyar els retrats amb una petita biografia i explicació de pertinença al grup. Va completar el projecte un vídeo realitzat per una persona provinent del programa de Mesures Alternatives de l'Ajuntament de Barcelona, i el dia de la inauguració (on van assistir més de 60 persones) es va fer una petita festa i es va projectar el vídeo a la sala polivalent del Casal.

Per finalitzar l'exposició, es va regalar a cada dona les seves fotografies exposades, un detall com a record i com a petit homenatge a les nostres dones, proposta que va tenir molt bona acollida. Veure annex C per a més informació sobre l'exposició i el següent enllaç: <https://www.cdbacderodap9.org/exposicio-dones-associacio/>

- Càpsula: Formació en llenguatge no discriminatori, el dijous 23 març, 17h. En col·laboració amb el CPNL, es va organitzar aquesta sessió específica en llenguatge no-discriminatori, on van assistir 6 persones.

En tot el cicle van participar entorn a 130 persones (unes 70 de forma directa a les diferents activitats), una participació bona tenint en compte el cost destinat a aquest cicle i la quantitat d'activitats que s'ofereixen al barri, districte i Barcelona entorn al 8M. Al 2022, van participar 147 persones.

Per a la difusió d'aquest cicle, es va fer una comunicació especial mitjançant mailing i xarxes socials, tríptics de l'Ajuntament, així com cartelleria específica.

4.2 Activitats que fomenten la participació activa de la ciutadania i les seves iniciatives

Incloem en aquest apartat els espais de trobada, exposicions, la cessió d'espais, campanyes singulars *Un llibre per un plat a taula* i la *Paradeta d'artesanía solidària per al càncer de mama metastàsic*.

4.2.1 Espais de trobada

Durant el 2023 hem mantingut els espais de trobada que teníem, hem treballat per oferir-ne de nous i hem recuperat algun que teníem aturat. Malauradament, també n'hem perdut algun, que ja teníem previst.

Aquests espais són autogestionats, alguns s'assemblen més a racons comunitaris i altres a serveis oferts des del Casal de Barri, sempre amb l'objectiu de fer comunitat. Les persones responsables d'aquest grups han format part de la comissió de gestió del Casal, que s'ha reunit trimestralment al Casal durant el 2023. A mode de resum, aquests són els espais de trobada oferts:

CLUB DE LECTURA	En marxa
VOLUNTARIAT PER LA LLENGUA	En marxa
SCRABBLE EN CATALÀ	En marxa – Ampliació per al 2024
APREN A ESCRIURE EN CATALÀ	En marxa
SARDANES	En marxa
COSTURA CREATIVA	En marxa
ESPAI DE CRIANÇA	Perdut durant el 2023
TENNIS TAULA	En marxa
FOTO-FÒRUM	En marxa
REIKI SOLIDARI	Recuperat i ofert durant 2023
COSMÈTICA NATURAL	En marxa
ACOMPANYAMENT AL DOL	Nou del 2023
PUNT DE CREU	Recuperat el 2023

- **Club de lectura:** Aquest grup ha estat molt regular i molt actiu durant l'any, sumant participació des de que es va formar i afegint projectes singulars a més del seu funcionament habitual. Són entre 16 i 20 persones cada trobada. Aquesta és una activitat molt feminitzada, amb poca

presència masculina (3 homes i 17 dones). Ho gestionen dues veïnes del barri i usuàries del casal molt actives, i s'han reunit, com previst, el segon dijous de cada mes (excepte festius, moment en què hem desplaçat l'activitat). Per altra banda, aquesta és una de les activitats que fa pujar la mitjana d'edat del casal, doncs hi participen dones dels Habitatges amb Serveis Camí Antic de València (situats sobre el nostre Casal).

El funcionament del club és molt autònom, les participants busquen i proposen els llibres a llegir, els comenten i proposen activitats paral·leles com **Les trobades d'autor o autora** o, aquest any, la campanya solidària **Un llibre per un plat a taula**, en col·laboració amb el menjador solidari de Ca l'Isidret i com a conseqüència de l'actualització de la biblioteca del Casal: ho expliquem més endavant.

Pel que fa a les lectures que han realitzat aquest 2023, han estat les següents:

- Gener: El vuelo del cometa, de Laetitia Colombani
- Febrer: Les bruixes d'Arnés, de David Martí Martínez
- Març: El evangelio según María Magdalena, de Cristina Fallarás
- Abril: Mujeres del alma mía, d'Isabell Allende
- Maig: 1793, de Niklas Natt Och Dag
- Juny: La ridícula idea de no volverte a ver, de Rosa Montero
- Juliol: La impaciencia del corazón, de Stefan Zweig
- Setembre: Trobada inici curs i decisió de lectures
- Octubre: El mentalista, de Camila Lackberg
- Novembre: La sonrisa Etrusca, de José Luís San Pedro
- Desembre: Mil soles espléndidos, de Kaled Hosseini

El club té, com a segon objectiu, apropar escriptors i escriptores dels llibres que llegeixen al casal, proposant diferents activitats: col·loqui o entrevistes amb autors i autores, lectura de poemes musicalitzats, xerrades complementàries, i conclouen la vetllada amb un petit refrigeri. D'aquí han sortit trobades de molta qualitat i de tot tipus, amb poetes, periodistes, escriptors de renom i activistes, com les següents:

- o **6a Trobada amb l'autor Enrique Luppi, del llibre 'Veleta'** (divendres 27 gener, 19h). Es va realitzar una trobada format entrevista de lectura i anàlisi dels poemes per part de l'autor, acompanyat de música. Hi van assistir 19 persones.
- o **7a Trobada amb l'autor Simón Tadberli, del llibre d'haikus 'Más de cien gotes de vida'** (divendres 21 d'abril, 19h). Va consistir en la lectura d'alguns haikus (poemes curts) i comentari dels mateixos. Aquesta lectura va ser col·laborativa i diferents persones del públic van llegir algun dels poemes curts que els hi havia agradat de l'autor. Es va elaborar un petit programa de ma per a les persones assistents i hi van assistir 30 persones.
- o **8a Trobada amb l'autor Quim Valdivia, de la novel·la policíaca ambientada a Barcelona 'Un mundo maravilloso'** (divendres 9 juny, 19h). Aquesta trobada va tenir

un format entrevista entre l'autor i una persona voluntària del club, on no només es va parlar del llibre sinó del poder de superació de l'autor degut a la seva malaltia. Hi van assistir 35 persones.

- **9a Trobada amb l'autor Ramón Gené, del llibre 'El poder de la decisió'** (divendres 6 octubre, 19h). Aquesta trobada va tenir especial atractiu perquè el Sr. Gené va ser co-fundador de l'entitat gestora del Casal els anys 80 i explica, al llibre, com les diferents decisions que ha anat prenent a la vida l'han portat al moment on és ara. La trobada va tenir un format tertúlia amb el públic, i hi van assistir 25 persones.
- **10a Trobada amb l'autor Salah Jamal, activista polític i autor del llibre 'Nakba, 48 relats de vida i resistència a Palestina'** (divendres 1 desembre, 19h). Aquesta trobada va tenir un punt d'actualitat relacionat amb el conflicte bèl·lic d'Israel i Palestina, i va tenir un format conferència amb suport audiovisual que va generar molt d'interès pel renom de l'autor i el tema d'actualitat. Hi van assistir 36 persones.

Pel que fa a les trobades d'autor, valorant conjuntament amb les persones que gestionen el club (persones a títol individual), són conscients de la polarització en la proposta d'autors: l'any anterior, 4 sobre 5 propostes van ser autores femenines mentre que el present 2023, la totalitat d'autors són masculins. Creiem que valdria la pena equilibrar les propostes de manera que durant l'any les els usuaris i usuàries del Casal trobin referents tant femenins com masculins, però assenyalen la dificultat de trobar autores que vulguin ensenyar la seva feina.

Per altra banda, el club de lectura està molt satisfet amb la participació que tenen i la implicació del grup en l'execució de les diferents activitats proposades, com és el cas de la remodelació de la biblioteca i el projecte 'Un llibre per un plat calent', explicat amb detall a l'apartat 4.2.4.

- **Activitats que enforteixen la llengua i cultura catalanes:** Al 2023 hem seguit oferint, en col·laboració amb altres entitats com el CPNL (Consorci per la Normalització lingüística) o la FISC (Federació Internacional d'Scrabble en Català), activitats i espais de trobada que van en la línia de fomentar i popularitzar l'ús del català en la vida quotidiana (d'acord als objectius establerts al projecte). Aquests són els espais i l'evolució:
 - **Scrabble en català:** Aquesta activitat s'ha dut a terme en col·laboració amb la Federació Internacional de Scrabble en Català (FISC), i ha estat un espai regular durant el 2023, reunint-se l'últim dimecres de cada mes, de 18.30 a 20.30h. La participació a aquesta activitat és variable depenent del dia, però acostumen a ser entre 8 i 12 persones a cada trobada. De cara al 2024 s'ha augmentat la freqüència de trobades.
 - **Aprèn a escriure en català:** Aquesta és una activitat d'alfabetització en català per persones catalano- parlants escolaritzades en llengua castellana, a fi de millorar l'expressió escrita, fins i tot per persones en actiu al món laboral. Aquesta activitat, per tant, es va adreçar a un públic de +45 anys, i va sorgir la proposta d'una usuària del Casal, professora de català jubilada amb ganes de seguir en actiu. L'activitat ha tingut molt bona acollida,

s'ha dut a terme tots els dimarts de l'any, de 18.30 a 20 hores, i ha augmentat la participació, completant el grup amb 12 participants cada trimestre.

- **Sardanes:** Aquest espai de trobada és dels més estables que tenim, el que aglutina gent més diversa pel que fa a edats, i el que compta amb una major participació. Des de fa anys s'ofereix també com a activitat inter-generacional entre el Casal de Gent Gran Quatre Cantons i nosaltres, i té un preu simbòlic de 10€ tot el curs lectiu (octubre- juny), cosa que pensem afavoreix la participació. Durant el 2023 s'han reunit regularment els dilluns, de 19.30-21h, al Casal de Gent Gran Quatre Cantons. La participació ha estat sempre altíssima, al voltant de les 25 persones i generant la necessitat de fer dues rotllanes: una inicial i una de coneixements avançats.
- **Tarda de jocs amb Llenguajocs** (dijous 18 maig, 19h): Proposta de jocs per equips per fomentar l'ús de la llengua catalana. L'activitat va ser gratuïta i hi van participar 15 persones.
- **Fem panellets en català** (dimecres 18 d'octubre, 17.30h), en col·laboració amb el CPNL. En motiu de la Castanyada, el Consorci ens va proposar la realització d'un taller de panellets per a les parelles lingüístiques del Voluntariat per la Llengua, programa que fomentem des del Casal, i vam acollir la proposta. A la iniciativa van participar 14 persones.
- **Voluntariat per la llengua:** Durant el 2023 hem seguit proposant el Casal com espai d'intercanvi per a les parelles lingüístiques, i donant informació sobre el programa en concret, malgrat el 2023 no s'ha format cap parella lingüística resultant del Casal.
- **Costura creativa:** Durant el 2023 hem consolidat la nova persona referent de l'activitat, i també una participació més regular, tot i que aquesta pateix bastants altibaixos durant l'any. Per millorar l'assistència es va proposar, de cara a l'octubre passat, de treballar els mateixos projectes i també, projectes comuns, com el de la paradeta solidària per al càncer de mama metastàsic (explicat amb detall a l'apartat 4.2.4). Sembla que està tenint bona acollida la proposta, s'han reunit en divendres, de 18.30 a 20h, i la participació ha fluctuat entre les 8 i les 10 participants. Veurem com evolucionen de cara al 2024.
- **Espai de criança La Tribu Poblenou:** A l'octubre del 2022, dues mares usuàries del Casal es van adreçar a nosaltres per tirar endavant un espai de criança; un grup obert a qualsevol mare amb infants de 8 a 24 mesos per compartir dubtes, consells i inquietuds, en un espai recollit i de confiança. Van començar unes 8 famílies que, després d'un sondeig entre les persones participants i els espais disponibles, es van reunir els dilluns de 16 a 17.30h. Aquests grups relacionats amb la maternitat, com ja ens ha succeït en diferents ocasions, depenen molt de la baixa maternal de les mares i quan aquestes es van incorporar al món laboral cap a l'estiu, el grup es va dissoldre. Durant el 2023, hi van participar 20 mares amb els seus infants, en diferent grau d'assistència.
- **Tennis taula:** Aquest grup obert, gestionat per l'Associació Roc Boronat i que funciona des del 2021, ha ofert l'espai per jugar tots els dissabtes de l'any d'11.30 a 13h (excepte quan ha

coincidit amb festius o espectacles del Casal), i l'assistència s'ha situat entorn als 20 jugadors i jugadores.

Al setembre, en el marc de la Festa Major i com a contraprestació de l'ús del Casal, aquest grup va organitzar un torneig al Parc del Centre del Poblenou: vam aconseguir més taules per jugar i hi van participar el màxim permès d'acord a les taules disponibles, 32 participants (16 l'any anterior), i generant una llarga llista d'espera. Realment, aquest grup és molt estable i estem satisfets amb el seu funcionament. Per altra banda, aquesta és una activitat amb una alta presència de participants masculins.

- **Foto-fòrum:** Aquest espai de trobada, que funciona des del 2021, té per objectiu millorar les aptituds fotogràfiques mitjançant tertúlies i comentaris de fotos pròpies. Com previst, s'han reunit cada primer dijous de cada mes, i han estat al voltant de 15 persones cada trimestre.
- **Reiki solidari:** Al 2023 hem recuperat aquest espai de trobada (servei) que funcionava abans de la pandèmia, en col·laboració amb l'associació Reiki Solidari. Durant l'any s'han reunit regularment els dimarts al matí, d'11.30 a 13h, oferint sessions de 20 minuts. Col·laboren 2 persones voluntàries i mestres de reiki, de manera que poden donar servei a 6 persones cada trobada. A causa de la llarga llista d'espera, vam organitzar les trobades en dos grups, quinzenals, de manera que han assistit regularment a aquest espai un total de 12 persones. Ara, estem intentant augmentar el voluntariat de reiki per poder realitzar les trobades amb els grups de manera setmanal.
- **Club de cosmètica:** Aquesta activitat té per objectiu fomentar l'autosuficiència, la producció pròpia i l'autoconsum, del sector de la cosmètica natural. El grup s'auto-organitza en tots els aspectes: decideixen els productes a realitzar, gestionen la tresoreria, etc. Com habitualment, durant el 2023 han realitzat 1 trobada mensual, 2 hores, generalment en divendres, i hi ha participat entorn a les 12-15 persones cada trimestre. Alguns exemples del que elaboren a les sessions seria: Netejador per la llar biodegradable (ampolla de 500 ml), ungüent balsàmic estil VIPSVAPORUB, xampú sòlid, pasta de dens en pols, desodorant en pomada, ambientador per la llar...
- **Punt de creu:** Aquest espai de trobada funcionava des de feia anys al Casal, però amb la pandèmia i a causa de l'edat de les participants, es va dissoldre. A principis del 2023 es van animar a trobar-se novament al Casal de Barri, però és un grup molt reduït de 4-5 persones. Això si, val a dir que són molt regulars pel que fa a la participació, trobant-se tots els dimecres de 16.30 a 18h.

4.2.2 Exposicions

Aquest és un espai que vol visibilitzar la feina dels petits artistes, preferentment del barri del Poblenou, que sovint la seva obra no té cabuda en les sales d'exposicions convencionals. Poden ser persones a títol individual o entitats del barri i col·lectius que volen mostrar la seva feina. Puntualment, si és un

tema rellevant o d'interès per al casal, obrim la porta a persones i entitats alienes al Poblenou, sempre que tinguem l'espai disponible i sempre que sigui sense finalitat de lucre.

La periodicitat prevista al projecte inicial d'aquesta activitat era una exposició al trimestre, tot i que finalment hem realitzat generalment una al mes. Aquesta programació ha sorgit de les propostes que ens arriben per part dels diferents òrgans de participació o suggeriments directes dels petits artistes i col·lectius, i també mitjançant una cerca activa per part de l'equip gestor i comissió de gestió, fent una crida al veïnat.

Durant el 2023 hem realitzat les següents exposicions:

- **Gener:** Finalització inaugurada al desembre sobre Diorames.
- **Febrer, del 3 al 24:** Exposició itinerant *Capgrossos de Poblenou, amb l'associació d'Amics de la Comparsa de Capgrossos del Poble Nou*. Una expo per donar a conèixer la nova imatgeria festiva del barri, mitjançant dos capgrossos de personatges importants del Poblenou: en Josep Maria Espinalt i la Carmen Amaya.
- **Març i abril, del 17 març al 28 abril:** Exposició col·laborativa *La nostra associació, amb veu de dona*, amb la col·laboració de les dones del Fotoclub Poblenou, una persona del programa de Mesures alternatives de l'Ajuntament de Barcelona i la participació de més de 30 dones del Casal i entitat gestora (explicat amb anterioritat, al cicle d'activitats per al 8M).
- **Abril-maig, del 28 abril al 19 de maig:** Exposició de collage *Retalls d'una pandèmia*, de Maite del Castillo. Aquesta exposició va consistir en visibilitzar, de forma artística, el sentir d'aquesta infermera de l'Hospital del Mar. Per ella, el collage li va servir com a teràpia per assumir tot allò que estava succeïnt. Acompanyava l'exposició un taller gratuït de collage el dia de la inauguració, però vam haver de suspendre l'activitat per malaltia de la docent.
- **Juny, de l'1 al 22:** Exposició fotogràfica *Les formes de l'Aigua*, a càrrec de Jordi Casademont, membre del Fotoclub Poblenou. Aquesta expo va consistir en una sèrie de fotografies sota l'aigua d'una platja de la Costa Brava.
- **Dissabte 30 setembre.** Dins el marc de la Festa d'inici de curs, que va consistir en un matí de portes obertes amb exhibicions de tallers i vermut de cloenda, es va realitzar una exposició i mostra de treballs de l'alumnat dels diferents tallers artístics del Casal de Barri. El resultat va ser impactant per la qualitat d'allò exposat: feines de restauració de mobles, confecció de roba, pintures del taller de dibuix, manualitats dels espais de trobada de punt de creu i del taller de manualitats, etc. Es pot veure una mostra de les feines a l'annex D: Relatoria gràfica del Casal de Barri, i la cartelleria de la jornada a l'annex E Exemples de cartells A3 de diferents activitats.
- **Octubre, del 5 al 27:** Exposició *Modelisme naval*, a càrrec d'un usuari del Casal, integrant del club de lectura i integrant de l'associació Amics del Museu Marítim de Barcelona, entitat que va col·laborar en l'exposició. Es van exposar una vintena de vaixells, a escala i fets a ma.

- **Novembre, del 3 al 24.** Exposició L'espai públic com a eina de transformació social, a càrrec del col·lectiu Pirulís Barcelona. Aquesta expo va sorgir com a proposta d'una comissió de gestió, i va semblar interessant mostrar aquestes columnes d'expressió lliure que existeixen a la ciutat, i el recorregut d'aquesta entitat pel que fa a l'activisme al llarg dels anys.
- **Desembre.** Aquest mes van conviure dues exposicions:
 - Per una banda, la tradicional exposició de diorames, en aquesta ocasió *L'Estació de València* (del 15 desembre al 31 gener), a càrrec d'un usuari i veí del barri Carles Borràs. Durant les vacances de Nadal, vam muntar el diorama de cara al carrer, perquè es pogués veure des de l'exterior, amb un temporitzador per encendre'l.
 - Per l'altra banda, una exposició sobre *Demografia al Poblenou* a càrrec de l'alumnat de l'Institut Maria Espinalt (del 30 novembre al 20 de desembre), que volia exposar la seva feina més enllà de les portes de l'Institut. Així, ho vam organitzar com la resta d'exposicions: una inauguració oficial per a amics i familiars de l'alumnat on van explicar el sentit de l'exposició, i van complementar amb visites d'altres classes de l'Institut per veure la feina feta pels companys i companyes. L'alumnat de l'Institut va col·laborar en el disseny del cartell i comunicació de l'acte.

Totes les exposicions les hem preparat de la mateixa manera: per una banda, el cartell on s'explica l'exposició i la voluntat de l'artista amb aquesta exposició; per l'altra, una petita biografia dels i les autores, i les feines que ha realitzat, si és el cas.

Finalment, les inauguracions han anat acompanyades d'un petit refrigeri per als assistents a l'acte inaugural, que generalment ha coincidit amb el primer dia de l'exposició.

Pel que fa al temps que queden exposades, generalment ha estat tres setmanes. L'assistència de participants als actes inaugurals varia en funció del tipus d'exposició, podent oscil·lar entre els 15 i 40 participants, generalment de l'entorn de l'artista. El públic pròpiament del Casal gaudeix de les exposicions els dies que venen a fer activitat entre setmana, amb la qual cosa pocs s'apropen el dia mateix de l'acte inaugural, i són difícils de quantificar.

4.2.3 Cessió d'espais

El Casal també té com objectiu facilitar espais al teixit associatiu o a col·lectius no organitzats per generar vincles, organitzar-se, i fer xarxa entre el Casal i les diferents entitats del territori. Per això, hem fet cessió gratuïta d'espais a entitats del barri/districte sense finalitat de lucre, reservant franges horàries d'acord al projecte presentat.

Aquesta reserva d'espais (als matins de 10 a 13h, i les tardes de dimarts i divendres, a diferents espais) s'ha concretat en algunes sessions interessants, destaquem les següents:

- La cessió regular d'espai a la cooperativa Mosaic, que tenen com a finalitat constituir un grup

d'habitatge cooperatiu Sènior al Poblenou.

- La cessió d'espai al CAP Poblenou, que va originar un cicle de xerrades relacionades amb la nutrició i la salut, oberta a qualsevol participant.
- La cessió d'espais a l'Associació Amics de la Gent gran que va originar una sessió de contes, oberta també a gent gran de l'entorn del casal.
- La cessió d'espai a la Fundació Ires, projecte Aferra't que treballa amb mares monomarentals per a una sessió de moviment conscient del cos.

Malauradament, moltes altres sol·licituds no les hem pogut atendre, o bé perquè no teníem disponibilitat d'espai, o bé perquè la necessitat d'espai no s'ajustava a les característiques del Casal.

Quan han estat peticions d'espai que no s'han ajustat als criteris de gratuïtat, hem llogat el casal sota els preus privats comunicats indicats al projecte inicial (veure annex F: preus privats comunicats 2022-2024 i annex G: Llistat de cessió d'espais 2023).

4.2.4 Campanyes singulars: *Un llibre per un plat calent* i *Paradeta d'artesanía solidària per al càncer de mama metastàtic*

Remodelació de la biblioteca i projecte 'Un llibre per un plat calent'

A principis del 2023 les participants del club de lectura van voler actualitzar la biblioteca, donant un aire més modern pel que fa a la proposta de títols i vam decidir també, conjuntament, de reservar un apartat físic de la biblioteca de 'Propostes del club de lectura', una secció amb tots els llibres que el club ha llegit fins a dia d'avui.

Així, van analitzar, descartar i tornar a catalogar tots els llibres existents, van codificar-los, elaborar una nova base de dades i donar els llibres sobrants. D'aquesta iniciativa hi van participar al voltant de 8-10 persones voluntàries que van ajudar en les diferents tasques (elaboració de la base de dades, catalogació dels llibres, transport dels llibres a un altre espai...). I, amb la finalitat de donar un segon ús a l'excedent de llibres, es va proposar de fer una paradeta solidària per Sant Jordi on les persones deixaven una aportació econòmica per al llibre que es volguessin endur, i allò recaptat aniria destinat a un projecte solidari.

D'entre els diferents projectes i iniciatives que es van proposar, que anaven des de GreenPeace fins a Oncolliga Poblenou, es va decidir destinar-los a un projecte de proximitat, el Menjador Solidari de Ca l'Isidret, i així va néixer la campanya '*Un llibre per un plat calent*', en col·laboració amb Ca l'Isidret i Apropem-nos (veure annex H: cartell '*Un llibre per un plat calent*').

Durant tota la setmana de Sant Jordi es va posar una paradeta de llibres de segona mà a la porta del casal i es van realitzar diferents torns per cobrir la paradeta, obrint la participació a qualsevol persona del Casal. Diferents usuàries (dones) es van sumar a la iniciativa i així es van recollir quasi 400€, que es van destinar al projecte indicat.

Els llibres que no es van vendre, es van cedir a la Biblioteca Font de la Mina, al barri del Besòs.

Paradeta d'artesanía solidària per al càncer de mama metastàsic

Aquesta iniciativa va sorgir dels Habitatges amb Serveis de Camí Antic de València, situats a sobre del Casal, amb la finalitat d'oferir espais d'oci, de socialització i d'envelliment actiu a les persones grans del servei, preservant així les capacitats físiques i cognitives.

La idea es va materialitzar en un projecte de manualitats mitjançant la costura que tingués també un retorn a la societat, visibilitzant així la capacització de les persones grans i, en concret, en una paradeta d'artesanía solidària que vam emmarcar en la festa per a la gent gran de la Festa Major, i on els diners recaptats van anar destinats, per consens de les pròpies usuàries, a l'associació Càncer de Mama metastàsic entre les diferents propostes presentades.

Al projecte ens vam sumar els dos equipaments veïns: el Casal de Barri, mitjançant els grups de costura creativa i punt de creu, la seva entitat gestora, oferint un espai físic on situar la paradeta, i el Casal de Gent Gran Quatre Cantons mitjançant el grup de patchwork i de manualitats.

La calendarització va ser la següent:

- Al març, vam escollir conjuntament el projecte / iniciativa al qual destinar els diners recollits i ens vam reunir amb els grups d'interès per veure si les motivava el projecte i quines manualitats es podrien realitzar.
- A l'abril es van realitzar els primers contactes amb la ACMM per verificar l'interès de la proposta amb l'associació escollida.
- De maig a agost es van concretar les manualitats i es van executar, en el nombre que s'havia acordat.
- Al setembre, es van decidir els preus de cada manualitat i el dia de la festa per a la gent gran (14/9), es va muntar la paradeta solidària amb la participació de persones voluntàries dels tres equipaments i de l'associació ACMM.

Aquest projecte va ser molt ben valorat per les persones usuàries i per les diferents tècniques que van participar del projecte, i l'acollida per part de les persones usuàries va ser molt bona. Amb la paradeta es van recaptar 705€, que es van entregar en un acte realitzat als Habitatges amb Serveis. Es pot veure fotografies de la paradeta al annex D: relatoria gràfica de l'any 2023.

4.3 Treball en xarxa, acció comunitària

El Casal també ha participat de la vida comunitària del barri, mitjançant projectes compartits. Aquests projectes s'han vehiculat a través d'entitats del territori, de serveis (municipals o no, com el CAP Poblenuu o el CAP Ramón Turró), i d'equipaments veïns. Les activitats que hem realitzat conjuntament amb aquests espais han estat les següents:

Amb equipaments veïns

Amb el Casal de gent gran Quatre Cantons i l'Institut Maria Espinalt

Durant més de 8 anys que disposem d'un acord de col·laboració amb el Casal de Gent gran mitjançant el qual casal ofereix activitats per al col·lectiu de gent gran i inter-generacionals, i com a contrapartida disposem de la sala d'actes per portar a terme algunes activitats del Casal en l'horari de tancament del Casal de Gent Gran (a partir de les 19h), fomentant així la polivalència dels equipaments.

Pel que fa a les activitats més nombroses com zumba, country, balls de saló... també hem col·laborat mitjançant una cessió d'espais amb l'Institut Maria Espinalt per fer ús del poliesportiu, sempre en horaris en què els propis equipaments no en fan ús. Aquest acord ha estat bidireccional, en el sentit que hem estat a disposició de l'Institut si han necessitat els nostres espais, com ha estat el cas de les exposicions d'alumnat que han realitzat al nostre espai o altres grups per fer activitats puntuals.

Amb l'Institut Joncar amb el projecte ACTUA

Aquest projecte per part de l'Institut vol apropar les diferents entitats del territori i la feina que fan a l'alumnat de l'institut, el qual se'ls motiva a col·laborar en els projectes que es proposen des dels col·lectius o equipaments participants. Per part del Casal, durant el 2023 hem participat en les dues convocatòries que s'han efectuat, on hem realitzat dues propostes de treball, que són les mateixes que l'any anterior:

1. Campanya de conscienciació en la gent jove de la necessitat de donar sang.
2. Campanya de visibilització del Casal de Barri com a espai públic i per a ús dels joves.

Pel que fa a la campanya de sang de conscienciació per a joves, l'alumnat va elaborar uns cartells i uns díptics amb dades estadístiques i apel·lant a la necessitat de nous donants i noves generacions. Van sortir a penjar cartells pels volts de la donació al març, i també a repartir díptics informatius. Realment el cartell i el díptic estaven tan ben plantejats que vam posar-la en pràctica per promocionar la campanya de donació de sang.

Pel que fa a la segona proposta, es va executar al març i van fer una festa de neón: van preparar cartells i van fer difusió per whatsapp.

Aquests projectes són més interessants per a l'institut que per a nosaltres, ja que la comunicació amb els joves i amb l'escola no és gens fluïda, però considerem que és una oportunitat per ambdues parts de fomentar les relacions i fer xarxa.

Amb serveis del territori

Taula Radars

Durant el 2023 hem participat activament de la taula radars (reunions mensuals), juntament amb altres equipaments i entitats com Vincles, Pere Relats, Districte Sant Martí, Serveis socials, farmàcies i

persones a títol individual. Ja al 2021 es va decidir que, enlloc de realitzar actes destinats especialment per a persones grans de Radars, que finalment tenien poca assistència, era millor reservar espai per aquest col·lectiu a les diferents activitats que es fan dins de les entitats i col·lectius que hi participen. Així, es van realitzar els següents actes:

- Festa Nadal al Casal de Gent Gran Quatre Cantons
- Homenatge a la gent gran Bac de Roda-Diagonal, dins el marc de la Festa Major
- Concurs de relats curts per celebrar Sant Jordi
- Concert al Casino de la Banda Municipal
- Seguiment telefònic de les persones adscrites al programa

El Casal ha participat activament en l'organització de tots els actes, realitzant les trucades pertinents per assegurar la màxima participació per part de la gent gran adscrita al programa, excepte en el concurs de relats.

CAPs Poblenou i Ramón Turró

Durant el 2023 hem seguit col·laborant amb els Centres d'Atenció Primària més propers al nostre equipament, amb l'interès mutu de transmetre informacions relacionades amb la salut a la ciutadania. Així, amb el CAP Poblenou hem organitzat el cicle de xerrades sobre l'alimentació i la salut (xerrada planificació d'un menú setmanal, xerrada lectura d'etiquetatge, xerrada efectes del sucre a la salut).

Pel que fa al CAP Ramón Turró, no hem concretat cap activitat, més enllà de les col·laboracions que mantenim mitjançant la taula Radars i la Taula d'Alimentació i Salut Comunitària del Poblenou (TASC), juntament amb altres CAP's i entitats del territori.

Per últim, mantenim col·laboració directa amb els caps pel tema de la prescripció social i, de fet, al llarg de l'any ens han arribat almenys 4 persones derivades, de les quals dues les vam poder incorporar a activitats en curs: l'espai de dol i un taller sobre aprofitament alimentari.

Banc de sang i teixits

Durant el 2023 hem realitzat dues campanyes de donació de sang al casal de barri: el 30 de març i el 28 de setembre. Ambdues es van realitzar en horari de tarda, de 16 a 20h. A la donació de sang del març, van haver-hi problemes tècnics i vam començar tardíssim, fent que part de la gent que s'havia inscrit hagués de marxar per compromisos varis, tot i així vam aconseguir una bona participació. En canvi, a la donació de sang del setembre vam tenir molt d'èxit, superant fins i tot les places previstes:

- Al març, 29 donacions de sang, dels quals 4 era la seva primera donació. Amb això se'n podran beneficiar 93 pacients.
- Al setembre, es van realitzar 44 donacions, 1 donació de moll d'os, i 4 va fer la seva primera donació. Amb això, 132 pacients es podran beneficiar d'aquesta campanya.

Aquesta col·laboració amb el Banc de Sang ha esdevingut regular i en realitzarem dos anualment.

Amb altres entitats i col·lectius del territori

Taula d'alimentació i salut comunitària del Poblenou (TASC)

Durant el 2023 el Casal ha participat en el grup de diagnòstic de la TASC, amb l'objectiu de conèixer les necessitats del Poblenou, a nivell alimentari. I, en concret, volem saber com influeix el poder adquisitiu en els hàbits d'alimentació. Per fer això, comptem amb l'ajuda d'una doctorant d'universitat que es va oferir per fer aquest estudi vinculat a la universitat, i amb garanties. Així, durant l'any passat hem treballat per definir com i qui formaria part d'aquest estudi, en concret:

1. Hem decidit els centres que accediran a l'estudi, i hem considerat que haurien de ser diferents espais on trobar diferents tipus de públic. I finalment hem concretat en l'Església Evangèlica del Poblenou, el CAP Ramón Turró, el Casal de Barri Bac de Roda-Poblenou.
2. Hem definit les metodologies que seguirem per elaborar l'estudi, que s'ha materialitzat en entrevistes en profunditat i focus grup, a cada equipament.
3. Hem decidit el calendari d'actuacions, començant per l'Església Evangèlica.

Malauradament, aquest projecte avança molt lent perquè, al donar-li aquest valor a nivell científic, només una persona amb una titulació concreta pot realitzar aquestes entrevistes, de manera que estem subjectes a la disponibilitat de la persona voluntària. Veurem si arranxa durant el 2024 o hauré de canviar d'estratègia.

Xarxa Antirumors Poblenou

Després de la finalització del projecte Memòries Migrants del Poblenou, que ens va portar 2 anys de feina i que va tenir punt i final al desembre del 2022, vam afrontar a principis de 2023 el projecte a dur a terme i quines accions podem fer des d'una mirada antiracista i comunitària.

Per això, vam pensar fer un procés participatiu obert a les entitats que treballen aquests temes i les seves bases, amb la finalitat de copsar les seves necessitats i preguntar-los-hi directament. Va néixer així el projecte 'DEBATEM AL POBLENOU', liderat per les entitats d'Apropem-nos i el Pla comunitari, Jiser i l'Assoc. Cultural i Social Bac de Roda (entitat gestora del Casal de Barri). A meitats d'any es va incorporar de manera activa la Taula Eix Pere IV.

Per treballar això, es van proposar diferents jornades de treball, que és la part més visible de tota la feina i reunions que fem com a xarxa les entitats motors del projecte. Les resumim a continuació:

- **1a jornada, el 29 maig 2023:** La primera jornada la vam dur a terme a Can Ricart, i va ser la més nombrosa pel que fa a la participació. Hi van participar diferents entitats, col·lectius i activistes a títol individual com Convivim Sant Martí, Red Internacional de Colombianos, Invia, l'Olla Solidària i l'AAVV Poblenou, i van sorgir diferents qüestions que calia matisar de cara a la següent sessió de treball. Alguns dels temes que van sorgir van ser:
 - Llei d'estrangeria i gestió de tràmits administratius

- Salut mental
 - Mares monomarentals amb fills en procés migratori
 - Educació
 - Habitatge
 - Necessitat de centralitzar la informació perquè aquesta és molt dispersa (acció concreta)
- **2a jornada, 28 juny 2023:** Aquesta 2a jornada es va dur a terme a Can Felipa, hi van participar les entitats citades anteriorment i s'hi van sumar la Fundació Ires, la Xarxa d'Aliments del Poblenou. D'aquesta sessió i dinàmiques van sortir moltíssimes propostes d'acció que finalment vam concretar, en base als nostres recursos, en 3:
 - Un mapeig de recursos i necessitats del barri / Districte
 - Una projecte que vincula persones grans en situació de solitud no volguda amb dones monomarentals
 - Un espai de reunió i intercanvi on puguem convidar professionals que ajudin en qüestions que no podem arribar des de les entitats

Les entitats i col·lectius participants... van posar el seu granet de sorra i van posar a disposició els seus recursos: espais, professionals, coneixements... a fi de teixir una xarxa que ajudi a treballar el racisme des d'una perspectiva comunitària.

La tercera jornada la vam proposar al desembre però la vam haver de cancel·lar per la baixa participació.

Cal mencionar que en tot aquest procés comptem amb la col·laboració del Pla Barcelona Interculturalitat, i altres entitats que se sumen puntualment segons disponibilitat i projecte,

Pel que fa a la comunicació d'aquestes activitats, va ser una feina molt manual de contactar una per una les entitats que treballen amb mirada antiracista, a més de fer correu electrònic i la corresponent relatòria a les respectives webs: <https://www.cdbacderodap9.org/category/mes-coses/interculturalitat> i <https://antirumorspn.apropem-nos.org/category/proces-participatiu-debatem-al-poblenou-2023-2024/>.

Es pot veure la calendarització de la vida comunitària del Casal a l'annex I.

4.4 Altres serveis de la cartera bàsica dels Casals

Centre de proximitat, punt d'informació i acompanyament

Per últim, però no menys important, el casal també té com objectiu ser un centre de proximitat i punt d'informació del veïnat. A través nostre hem intentat acompanyar al veïnat en les diferents necessitats que té, i derivar al lloc indicat sempre que hem tingut coneixement d'allò que sol·licita. A més, al ser una entitat del territori també fem d'Associació de Veïns i Veïnes, amb la qual cosa hem vehiculat queixes o propostes del veïnat cap a les administracions.

Algunes intervencions destacades que hem fet al llarg de l'any amb el veïnat serien:

- Ajuda en tràmits telemàtics bàsics com accés a la meva salut, demanar cites prèvies, tramitar certificats digitals, etc.
- Ajuda en el procés de matriculació a una formació reglada per part d'un usuari sense accés a les noves tecnologies ni coneixement al respecte.
- Canvi de sentit de trànsit dels carrers Cristòfol de Moura-Veneçuela.
- Punt de referència RADAR per a gent gran en situació de solitud no volguda.

5. AVALUACIÓ I SEGUIMENT DEL PROJECTE

L'avaluació i seguiment del projecte proposat el fem a diferents nivells i amb diferents òrgans de governança. Els òrgans a través dels quals fem seguiment habitualment són:

- A. Amb l'equip de gestió, format per les tres persones contractades per dinamitzar el Casal de Barri.
- B. Amb la comissió de gestió, formada per les persones contractades, els i les voluntàries del Casal de Barri, representants de les entitats/col·lectius del casal de barri, usuaris i usuàries del Casal de Barri.
- C. Amb les persones usuàries, mitjançant l'assemblea d'usuaris i usuàries, les enquestes de satisfacció i el feedback directe amb l'equip de gestió, i amb l'equip de talleristes.
- D. Amb el Districte de Sant Martí, mitjançant la Comissió de seguiment, el Consell d'Equipament i els indicadors mensuals.

Tots aquests mecanismes els hem portat a terme en major o menor mesura: No hem aconseguit fer-ho amb la periodicitat que voldríem, però hem adaptat certes consultes a format online. Ho expliquem a continuació.

A. Equip de gestió

L'equip de gestió és l'òrgan més operatiu del casal. El conformen les tres persones tècniques contractades per dinamitzar l'equipament. La seva finalitat ha estat dur a terme i gestionar les diferents activitats que es plantegen per cada trimestre, resoldre les incidències del dia a dia, avaluar el grau de satisfacció de les activitats realitzades en base a les enquestes que enviem als i les usuàries sobre les activitats que realitzen. Durant el 2023 ens hem reunit generalment de manera setmanal, sempre que el volum de feina ho ha permès, i hem tractat aspectes del funcionament ordinari del Casal.

B. Comissió de gestió

La comissió de gestió tracta les peticions no-ordinàries del casal de barri (d'activitats i projectes però també de cessió o lloguer d'espais particulars), valora i aprova pressupostos, engega projectes, així com valora l'adequació d'aquestes propostes al projecte global del Casal de Barri. D'aquesta comissió en forma part les persones voluntàries del casal de barri, representats de les entitats/col·lectius que hi formen part, usuaris i usuàries del Casal a títol individual i l'equip gestor.

Durant el 2023 es van dur a terme **tres reunions de la comissions de gestió**, una trimestral (tot i que estava previst realitzar una cada dos mesos). Quan hi ha temes urgents, també es fan consultes via correu electrònic als membres de la comissió de gestió, però al 2023 no va ser necessari.

En detall, es van tractar els següents assumptes i arribar als següents acords:

- 2 febrer: assistència de 13 persones de 18, amb el següent ordre del dia:
 - Tancament econòmic any 2022
 - Presentació nous espais de trobada: Reiki, espai de dol i espai de criança i valoració funcionament espais habituals
 - Valoració inscripcions i activitats gener-març 2023
 - Campanyes singulars: donació de sang i Sant Jordi (propostes)
 - Propostes d'activitats per al trimestre en curs i proper
 - Altres propostes de projectes a valorar: llenguajocs, fira vegana, formació en llenguatge no-discriminatori, retorn xerrades històriques.

Entre altres aspectes, es va fer una pluja d'idees per alguna activitat concreta per celebrar Sant Jordi i finalment va sorgir el projecte de la paradeta solidària amb recaptació per alguna entitat social. Per altra banda, es va decidir el no-encaix de la fira vegana, es va acordar la proposta econòmica per a llengua-jocs, es va fer retorn de la proposta de xerrades històriques que havien sorgit a la passada assemblea d'usuaris i usuàries a fi de valorar si eren propostes adequades i es va considerar necessari la formació en llenguatge no-discriminatori.

- 17 maig (proposada inicialment el 12 d'abril però posposada per possible baixa assistència): assistència de 13 persones de 20, amb el següent ordre del dia:
 - Balanç econòmic gener-març i abril-juny 2023
 - Retorn campanya solidària Sant Jordi 2023
 - Projectes presentats: Projecte solidari per al càncer de mama metastàtic + Projecte FISC de jornades d'scrabble per a les escoles
 - Noves propostes de col·lectius participants?
 - Programació juliol i octubre-desembre
 - Festa final de curs o inici de curs?
 - Altres assumptes

Entre d'altres aspectes, en aquesta reunió es va fer un retorn de com havia anat la campanya de Sant Jordi, es va aprovar participar en el projecte solidari per al càncer de mama, es va veure amb bons ulls el contacte amb escoles i institut de l'entorn per organitzar unes trobades d'scrabble en català (que finalment no va tenir cap resposta per part de les escoles veïnes). Per altra banda es van proposar algunes activitats per al següent trimestre, es va acordar que en una possible llista d'espera, les persones habituals podien tenir preferència per davant d'una nova, i es va decidir que era millor fer una festa de tancament de curs enlloc d'inici, si les dates ho permetien. Per motius de dates, finalment es va fer al setembre.

- 8 novembre: assistència de 12 persones de 20, amb el següent ordre del dia:
 - Balanç trimestral octubre-desembre 2023 del Casal de Barri
 - Informació pròrroga del conveni
 - Festa de Nadal

- Programació trimestre gener-març 2023: teniu propostes d'espectacles, xerrades, expos, tallers? moment de presentar-les!
- Programació 8 de març: teniu propostes d'espectacles, activitats, exposicions? moment de presentar-les!
- Informació increment de preus de cara al 2024
- Altres assumptes

En aquesta reunió, entre d'altres aspectes, es va validar la proposta del concurs de relats curts per Sant Jordi de l'any següent, es va proposar un cicle de xerrades sobre memòria històrica (proposta que s'està executant al 2024), el grup d'scrabble va demanar augmentar les trobades a dos dies al mes enlloc d'un (proposta executada al 2024), i es van aportar algunes idees d'activitats per al cicle del 8M.

Tota l'activitat relacionada amb la gestió del Casal està penjada a la nostra web, apartat *participació i governança*, en un exercici necessari de transparència:

<https://www.cdbacderodap9.org/category/procesparticipatiu/>

C. Amb els usuaris i usuàries del Casal de Barri, i l'equip de talleristes

Per tal de fer el seguiment del projecte amb els usuaris i usuàries del Casal, disposem de diferents canals de participació: l'assemblea d'usuaris i usuàries, i les enquestes d'avaluació/satisfacció de les activitats que realitzen. També fem un seguiment (trobades puntuals) amb l'equip de talleristes. Al 2023, no vam fer l'assemblea d'usuaris i usuàries del Casal: el dia a dia, sumat a la quantitat de paperassa no prevista per part de l'Ajuntament (3 auditories) més personal de baixa a l'equipament, ens va impossibilitar trobar una data i treballar l'assemblea com es mereix.

Sí vam fer, però, una festa inici de curs el dissabte 30 setembre al matí, que va consistir en unes portes obertes, mostres de treballs i exhibicions d'alumnat de diferents activitats i un pica-pica final, amb la participació d'usuaris i usuàries i professorat, amb els objectius de donar a conèixer les activitats del casal i fomentar la cohesió de grup.

Enquestes d'avaluació i satisfacció, i sondejos

Aquesta eina ens permet valorar qualitativament les activitats que oferim, ja siguin activitats regulars o activitats puntuals, així com detectar possibles anomalies o incidències en una activitat. Les enquestes són anònimes i s'envien en format digital, on els i les participants valoren els següents ítems:

- Avaluació de professorat
- Avaluació del contingut
- Avaluació d'instal·lacions i mitjans + què s'hauria de millorar
- Impressions generals + valoració taller + observacions
- Centre promotor, comunicació i procés d'inscripció

Durant el 2023 hem passat aquestes enquestes diferents activitats, d'acord als criteris habituals: a la majoria d'activitats noves; a activitats que experimenten canvis de professorat, per exemple, i no tenim referències prèvies; activitats que experimenten una davallada de participació o participació irregular al llarg del trimestre. Així, hem passat enquesta a:

- Activitats noves: la majoria de rutes i visites culturals i xerrades com la visita a l'edifici cooperatiu de La Balma, l'Espai Subirachs, El Poblenou d'ahir i d'avui (itinerari + xerrada) o l'expo immersiva Tutankamon; monogràfics o tallers nous com el poder màgic de les paraules o fotografia per a mòbils, càpsula de criança digital, entre d'altres.
- Activitats amb canvi de professorat: primeres notes musicals, ioga en família o feldenkrais.
- Tallers amb participació irregular: Francès o anglès.

Pel que fa als sondejos, aquest 2023 vam realitzar-ne un entorn a una formació sobre autodefensa feminista, on les participants havien realitzat un tastet i volíem saber l'interès de les mateixes en realitzar una formació més llarga al respecte.

A l'annex J es pot veure un informe de resultats de les activitats realitzades a l'abril-juny del 2023 i a la visita a la Balma.

Reunions amb l'equip de talleristes

Aquest 2023 teníem planejada una reunió conjunta amb l'equip de talleristes al desembre, que vam haver de posposar per al gener amb l'objectiu de millorar l'assistència ja que eren males dates. Però sí que ens hem reunit particularment amb cadascú quan ha calgut tractar algun tema en concret. Per exemple, ens hem reunit amb el club de lectura per tractar temes relacionats amb les trobades d'autor i, en concret, incidir en el fet de posar el focus en escriptores femenines i donar-les-hi veu; amb la tallerista de primeres notes musicals per tractar aspectes del desenvolupament de les classes i l'actitud dels progenitors dins de l'aula; amb la tallerista de pilates per fer un inventari del material existents per les classes i planificació de renovació; entre d'altres.

D. Amb el Districte de Sant Martí

L'avaluació del projecte també s'ha realitzat mitjançant els tècnics del districte, a diferents nivells:

- Mitjançant la Comissió de seguiment, a fi d'avaluar l'estat de la concurrència, les activitats que s'estan portant a terme, quins projectes comunitaris tenim en curs, incidències especials, comentaris sobre l'auditoria de l'any anterior, graella de puntuació dels projectes (si s'escau), calendari festiu, formacions efectuades per l'equip gestor, etc. Al 2023 en vam realitzar quatre, dues ordinàries i dues d'extraordinàries on es va tractar una proposta d'augment de preus de les activitats per pal·liar el balanç negatiu del Casal dels últims anys: el 15 de febrer, 10 de juliol, 15 de setembre i 23 d'octubre.

- Mitjançant el Consell d'Equipament, que avalua els mateixos ítems (grau d'adequació del projecte) però incloent representants dels col·lectius que fan ús del casal, inclosos usuaris i usuàries. Aquest any no se'n va realitzar cap.
- Mitjançant els indicadors, que hem enviat mensualment i que recullen els números del Casal respecte les activitats ofertes i de participació.

També mencionar que s'han realitzat trobades més informals amb els tècnics del districte per tractar diferents assumptes tant de l'entitat com del Casal de Barri, sobretot relacionada amb la dotació econòmica per al Casal.

6. PLA DE COMUNICACIÓ DEL CASAL

Per donar a conèixer totes les activitats del casal, fem habitualment una àmplia difusió que comprèn canals digitals i comunicació en paper (no hem d'oblidar que una part important de la població encara consulta el paper com a canal principal d'informació).

Els programes impresos i els cartells, malgrat representen un cost elevat, ens permeten també arribar a un públic diferent gràcies al bustieg i a la distribució en botigues del barri, i pot repercutir positivament en els canals digitals si les persones que reben la informació ens acaben seguint a la xarxa, doncs als programes hi figura informació relativa a la web, xarxes socials, subscripció al newsletter del casal, etc.

Així, la comunicació que hem realitzat durant aquest 2023 ha estat la següent:

Comunicació externa: canals digitals.

- **Pàgina web (www.cdbacderodap9.org):** Durant el 2023 hem seguit actualitzant diàriament la web del Casal, publicant totes les informacions rellevants per la ciutadania. Pensem que la web té una bona usabilitat, una aparença moderna, pràctica i fàcil d'utilitzar, i també dona diferents opcions de publicació en diferents formats: imatge, vídeo, galeria de foto, etc. També s'adapta a smartphones i tauletes, ja que té un disseny adaptatiu que la fa molt versàtil.

Relacionat també amb la pàgina web, posem especial interès en mantenir el posicionament SEO a internet. Per això treballem els següents aspectes:

- Mantenir actualitzats el gestor de continguts a l'última versió disponible.
 - Acurada gestió de les meta-etiquetes i dels continguts de la web.
- **Correu electrònic via mailchimp:** És l'eina de comunicació amb la qual fem la tramesa de la informació a totes les persones que es subscriuen al butlletí de notícies, la qual aporta fiabilitat, possibilitat de seguiment de correus i subscriptors/es i aporta un plus gràfic als correus enviats (com es pot veure en l'annex K: Exemples enviaments amb mailchimp). Aquest 2023 hem passat de 1.832 subscriptors a 1.966, i s'han enviat 114 campanyes (49 al 2020, 111 al 2019, 113 al 2022), amb el consegüent increment econòmic per superar els trams de subscriptors.

Les campanyes amb més percentatge d'obertura han estat els enviaments trimestrals de programació i el de Festa Major, arribant a un *open rate* del 62%. La ràtio mitjana d'obertura del 42%, igual que l'any anterior. Aquesta eina és la que ens funciona millor per donar a conèixer activitats.

- **Xarxes socials:** El Casal també transmet les seves informacions a través de les xarxes socials, facebook i Instagram. Pel que fa a Telegram, hem descartat aquesta xarxa pel poc rendiment en relació al temps que suposa mantenir-la actualitzada.
 - Facebook (facebook.com/casalbarribacderoda): En aquest canal, hem publicat com habitualment tots els esdeveniments a punt de succeir, o bé fotografies que fa l'alumnat sobre les activitats que realitzen i que ens donen consentiment publicar, o bé el relat

fotogràfic dels esdeveniments que han succeït. Aquest 2023 hem perdut alguns seguidors, passant de 1.674 a 1.618, i creiem que és perquè hem dedicat més esforços comunicatius a augmentar els seguidors de la conta de Instagram, doncs respon en major mesura al perfil de públic al que volem arribar des del Casal de Barri: homes i dones entre 18 i 35-40 anys.

Aquests han estat els posts amb més impressions del 2023:

Casal de Barri Bac de Roda-Poblenou
28 de jul. de 2023 · 🌐

Marxem de vacances! 🌴🌊🍹
Però abans, us deixem el programa d'activitats del proper trimestre per anar fent boca 😊

Trobareu un munt d'activitats noves, doneu-li una ullada i ens veiem al setembre!

👉 <https://www.cdbacderoda9.org/programacio-od23/>

Bon estiuuuuuuuuu!



See insights and ads

Promociona la publicació

Give Stars to Casal de Barri Bac de Roda-Poblenou. Edit

7 2 vegades compartit

842 impressions
9 interaccions

819 impressions
26 interaccions

Casal de Barri Bac de Roda-Poblenou
4 d'oct. de 2023 · 🌐

👋👋👋 Avui hem fet entrega dels diners recaptats amb la paradeta solidària de manualitats que vam exposar per Festa Major, a l'**Asociación Española Cáncer de Mama Metastásico, AECMM**: 705€!!

👏👏👏 Aquest projecte comunitari s'ha dut a terme mitjançant persones voluntàries, dones, del **Casal de Gent Gran Quatre Cantons**, els Habitatges amb Serveis de Camí Antic de València i el Casal de Barri, que han elaborat unes manualitats precioses per ajudar en la investigació del Càncer de Mama.

Gràcies a totes per participar!



See insights and ads

Promociona la publicació

Give Stars to Casal de Barri Bac de Roda-Poblenou. Edit

20 3 comentaris · 3 vegades compartit

Casal de Barri Bac de Roda-Poblenou
15 de juny de 2023 · 🌐

👏👏👏 Aquesta gent s'ha muntat una passarel·la de moda al·lucinant, on han presentat en 'petit comité' les peces de roba que s'han anat confeccionant durant el trimestre.

Enhorabona TALLER DE PATRONATGE 🧵👗
👏, per la vostra dedicació i per la vostra bona energia!

Esperem un "bis" al setembre!! 🍷🍷🍷



See insights and ads

Promociona la publicació

45 5 comentaris

729 impressions
50 interaccions

Més exemples d'històries d'Instagram a l'annex L.

- Instagram (@acsbacderoda): Al 2023 hem seguit treballant per augmentar els seguidors d'aquesta xarxa social, doncs entenem que conté al públic al qual volem arribar. Cal mencionar, però, que la conta reflexa el dia a dia del Casal de Barri i la seva entitat gestora, i que el nom d'usuari afegeix un punt de complexitat en la tasca de donar a conèixer l'activitat del Casal de Barri.

Veiem que, al llarg del 2023, hem fem molt més d'ús de les *stories* que de post, també perquè sembla que arriben a més seguidors, i hem deixat per als posts allò que volem

que es conservi al llarg del temps. Així, a les *stories* hem publicat activitats que estan a punt de succeir o que estan succeint, i hem deixat per als pots les valoracions de les activitats.

Pel que fa al nombre de seguidors, aquest 2023 hem pujat 218 seguidors (similar a l'any anterior), tancant l'any amb 778 seguidors (560 a tancament del 2022). Al 2023, aquests van ser els post amb més interaccions:



108 interaccions
975 impresions



100 interaccions
1500 impresions



66 interaccions
497 impresions

- Whatsapp: Des del 2021 també fem atenció als usuaris i usuàries via whatsapp. És una conta d'empresa que ens ha permès elaborar un 'catàleg d'activitats' amb tot allò que genèricament es realitza al Casal de Barri. Funciona en horari d'atenció del Casal i és un mitjà prou utilitzat pels usuaris i usuàries del Casal, i comuniquem activitats mitjançant els estats de whatsapp. De moment, no s'està utilitzant grups ni llistes de difusió per whatsapp per difondre activitats.
- Google Business. Des de fa uns anys utilitzem Google Suite tant per a la gestió del correu electrònic com per totes les avantatges que ofereix la plataforma:
 - Ubicació a Google maps, possibilitat de deixar ressenyes i millor indexació a internet.
 - Possibilitat de consulta del correu electrònic en diferents ordinadors a la vegada, molt útil si es comparteix mostrador de feina amb una segona persona.
 - Calendari de sales i activitats compartit amb diferents usuaris/es de l'equip gestor.
 - No consumeix emmagatzematge del servidor actual, sinó que disposa d'emmagatzematge propi (15GB) que ja hem hagut d'ampliar.

- Possibilitat de consultar el correu des de qualsevol punt i dispositiu amb la facilitat i la interfície agradable de Gmail.
- Possibilitat de realitzar formularis, inscripcions i enquestes (de fet, totes les enquestes i sondejos les fem des d'aquesta plataforma) així com treballar en línia amb Google Drive: Això ens permet agilitzar i facilitar el procés d'inscripció a la majoria d'activitats gratuïtes que realitzem.
- Comunicació a tercers. Per altra banda, ens ajudem de plataformes externes de difusió i *partners* que col·laboren en la tramesa d'informació del Casal, com seria:
 - Web Quèdequè, per totes aquelles activitats gratuïtes i/o comunitàries que esdevenen al Casal i entitat gestora.
 - Comunicació de Sant Martí, que ens ajuda incloent les activitats a l'agenda quinzenal d'activitats (aquelles sense cost, principalment).
 - Bigestió, que penja tota la informació que enviem al Nàsia per a consulta de la web de l'Ajuntament de Barcelona, pàgina dels casals de barri: (<https://ajuntament.barcelona.cat/casalsdebarri/es/casal/casal-de-barri-bac-de-roda-poblenou>)

Comunicació externa: canals en paper

Pel que fa a la difusió en paper, el casal ha destinat recursos a les següents publicacions impreses:

- Tríptic programa d'activitats: hem elaborat 1 programa trimestral a tot color, amb una tirada entre 2.5000 i 3.000 exemplars (aquest any hem augmentat la difusió perquè també hem recuperat l'activitat completament).
- Tríptic programa d'espectacles: hem elaborat 1 programa semestral a tot color, amb una tirada de 1.500 unitats. Les activitats de l'octubre a desembre es van incloure al programa d'activitats generals i comunicar per mailchimp, doncs no compensava el cost econòmic en relació al nombre d'espectacles.
- Pòster gran d'activitats: Cartells 1x2 metres sobre les activitats que es porten a terme al casal de barri, 3 unitats l'any.
- Cartells varis: Hem imprès cartells (entre 20 i 30 unitats) de cada esdeveniment puntual per penjar per la zona, en escales o comerços de l'entorn (veure annex E: Exemples de cartells A3).

Pel que fa als programes d'activitats, s'han fet arribar al veïnat de la zona per mitjà de dues vies:

- Bustieg a les escales, canviant sempre de zones i carrers per arribar al màxim de veïnat possible, intentant incloure també escales de nova construcció (inclusió de nou veïnat a la vida de barri).
- Distribució en diferents comerços de l'entorn, també per intentar arribar al màxim de persones possibles.

També en tenim de manera permanent al Casal pels usuaris/es que en demanen, i per persones que venen per primera vegada a conèixer-nos.

Tot i així, des del casal considerem que la comunicació més efectiva és aquella que realitza el propi usuari o usuària amb el seu entorn, el 'boca-orella', el qual indica un alt grau de satisfacció amb la nostra gestió. Per tant, hem treballat amb especial cura la comunicació interna amb els i les usuàries del Casal. En aquest sentit, durant el 2023 hem seguit treballant els següents aspectes:

- Una base de dades actualitzada: Mantenint i depurant la base de dades d'acord al consentiment dels usuaris i usuàries en matèria de privacitat de dades, i actualitzant-la per mantenir a les persones ben informades de totes les qüestions relatives a les activitats que realitzen.
- Noves tecnologies per a la comunicació amb l'usuari/a: Els mòbils són una eina bàsica en les nostres vides i també de feina, i així les hem utilitzat al casal: enviem missatges de text per fer notificacions urgents aprofitant la immediatesa. Aprofitant l'actualització de la política de privacitat, hem estat recollint el consentiment de les usuàries que així ho desitgin per tal d'enviar certa informació a través de Whatsapp, tot i que de moment els enviaments que fem per whatsapp són puntuals i concrets, no mitjançant llistes de difusió.
- Taulell d'informació a totes les aules: Durant l'any s'ha anat penjant tant als vidres del casal com als taulells d'informació de les aules informació rellevant que ha anat succeint al Casal de Barri, ja sigui d'activitats, com de projectes que comencen, com de processos participatius (assemblea usuàries), com de sol·licitud de voluntariat per coses varies, inclòs el consell de participació.

7. RECURSOS UTILITZATS PER AL PROJECTE

Recursos humans propis

Al 2023 hem comptat amb 3 persones contractades, amb les següents característiques:

- 1 coordinador del centre, al 100% de la jornada
- 1 coordinadora d'activitats, al 100% de la jornada
- 1 informadora, al 75% de la jornada

Per altra banda, comptem habitualment amb persones voluntàries que ens ajuden amb la gestió diària del Casal de Barri fent diferents tasques: ens donen suport físic al taulell d'informació i dins dels àmbits de l'administració i l'educació; ens ajuden en horaris d'apertura del casal; ens ajuden en activitats concretes; gestionen activitats i espais de trobada. A més, comptem amb l'assessorament pedagògic de persones relacionades professionalment amb el món del lleure. Aquest grup de voluntaris i voluntàries està al voltant de 10 persones.

Recursos humans aliens

Per a la posada en marxa de les diferents activitats el Casal compta amb els serveis d'un equip de talleristes.

Per a la comptabilitat fiscal i assessoria laboral, tenim contractats els serveis de la gestoria Coopdemà / Talaia.

Per al manteniment informàtic comptem amb una empresa que ens realitza el servei: Interface.

Recursos infraestructurals i materials propis

L'entitat que gestiona el casal disposa, per a tasques molt puntuals, d'un local als baixos del carrer Bac de Roda 101, tot i que la principal tasca que allà s'hi desenvolupa és de l'activitat relacionada amb l'entitat.

A més, pel correcte funcionament de l'equipament i les diferents activitats programades, el Casal ha invertit al llarg dels anys en diferents materials, ja siguin tecnològics (altaveu Bluetooth, equips de so portàtils), de mobiliari (tamborets per al reiki), petits electrodomèstics (plaques d'inducció, microones) o esportius (pilots de pilates, estoretes), entre d'altres.

Es pot consultar la seva totalitat a l'annex M: Inventari municipal del Casal de Barri Bac de Roda-Poblenou.

Recursos infraestructurals i materials aliens

Des del gener del 2010 disposem de l'equipament del Casal de Barri Bac de Roda – Poblenou ubicat al Camí Antic de València, 106. Aquest equipament municipal té una superfície de 489 m2 distribuïts en

diferents espais (sales per a tallers, sala de reunions, teatre-sala polivalent, vestíbul amb zona de bar com a punt de trobada...).

A part, des de l'octubre de 2012 disposem, mitjançant un acord de col·laboració, de la sala-polivalent del Casal de Gent Gran Quatre Cantons a partir del seu horari de tancament (20h, generalment), també per a tallers de moviment o espai de trobada del grup de Sardanes.

I des del 2020, arrel de la pandèmia, tenim un acord de col·laboració amb l'Institut Maria Espinalt per a l'ús del seu gimnàs cobert, així com ells dels diferents espais del Casal, segons necessitats.

8. VALORACIÓ QUALITATIVA (I ECONÒMICA) DEL PROJECTE

El 2023, i en especial el trimestre octubre-desembre, destaca per la recuperació de la participació que teníem abans de la pandèmia, cosa que fins la data no s'havia produït: entorn al 90%. No sabem si aquesta serà la tònica habitual o bé ha estat una cosa puntual: caldrà analitzar-ho durant el 2024.

Aquest augment de participació ha permès aturar el sagnat econòmic que l'entitat gestora ha suportat els últims anys: des del 2019, **l'entitat ha hagut d'aportar un total de 17.300€**, posant de manifest la poca sensibilitat i infravaloració que té l'Ajuntament respecte els Casals de Barri i el treball comunitari que fem. El resultat econòmic, aquest 2023, ha estat fins i tot positiu, un resultat totalment fictici si milloréssim les condicions econòmiques dels talleristes que col·laboren amb el Casal, i les persones contractades per a la gestió el centre.

Aquesta situació, sumat al que considerem una baixa dotació econòmica per part de l'Ajuntament, condiona molt el tipus d'activitats que hem d'oferir, prioritzant l'aspecte econòmic per tal de cobrir tot el projecte. Considerem i reiterem que la dotació econòmica municipal per a la gestió cívica d'un equipament hauria de cobrir les despeses bàsiques del projecte com són les nòmines i que, tal com s'ha demostrat en la present memòria, són 3 les persones necessàries per a la gestió del Casal, d'acord també al Pla Estratègic de Casals de Barri.

I, malgrat tot, estem satisfetes amb el projecte dut a terme i la implicació de l'equip de gestió, talleristes i voluntàries de l'entitat, que ha permès executar al 100% del projecte plantejat, i més: hem ofert xerrades d'actualitat o temes d'interès; hem ofert espais de trobada, que les persones usuàries i col·lectius ens ha demanat; hem ofert tallers i estem especialment satisfetes amb aquells relacionats amb la sostenibilitat i la salut; hem ofert espectacles, atentes a la diversitat funcional i de gènere; hem ofert activitat per a un col·lectiu nombrós de mares del Casal, relacionat amb la maternitat i la criança; hem ofert rutes i visites culturals per conèixer el propi patrimoni; hem donat suport a iniciatives veïnals i al teixit associatiu del Poblenou; hem treballat de manera comunitària amb les diferents entitats del territori per portar a terme projectes comuns; hem col·laborat amb equipaments veïns perquè duguin a terme llurs projectes; hem ofert activitats destinades a fomentar l'ús quotidià de la llengua catalana; hem col·laborat amb equipaments sanitaris per tractar temes relacionats amb la salut; hem col·laborat amb el programa de mesures alternatives de l'Ajuntament, sorgint d'aquest dues experiències molt positives i enriquidores.

En definitiva, creiem que hem dut a terme un projecte molt digne i de qualitat, al barri del Poblenou, amb la complicitat del nostre veïnat.

9. ANNEXES

Annex A: Programes d'activitats del 2023

Annex B: Cartell programació 8M 2023

Annex C: Informació relativa a l'exposició Dones

Annex D: Relatoria gràfica del Casal de Barri any 2023

Annex E: Cartells A3 de diferents activitats

Annex F: Preus privats comunicats 2022-2024

Annex G Llistat cessió d'espais 2023

Annex H: Cartell projecte 'Un llibre per un plat calent'

Annex I: Calendarització vida comunitària Casal

Annex J: Informe d'avaluació realitzades a l'abril-juny del 2023 i a la visita a la Balma.

Annex K: Exemples enviaments amb Mailchimp

Annex L: Més exemples d'històries a Instagram

Annex M: Inventari municipal Casal de Barri Bac de Roda-Poblenou

Barcelona, 13 de març de 2024