

Centre Cívic Can Felipa

AGENDA TARDOR

De setembre a desembre 2024

Can Felipa



Ajuntament de
Barcelona

Districte de
Sant Martí

En aquesta agenda trobareu dues seccions:

Programació d'activitats trimestrals
Cursos i tallers del nou trimestre

pàg. 03
pàg. 16

Llegenda

N NOU! **G** GRATUÏT **La(b)** La(b) Felipa
VA VORES I ALES **EN** ENTRETEIXIDES **CR** COMPANYIA RESIDENT

ACTIVITATS

Programació de les activitats de setembre a desembre 2024

En aquesta secció trobareu la programació de les activitats d'Arts Visuals, Escena Contemporània, Escena Familiar i altres activitats de setembre, octubre, novembre i desembre de 2024 al Centre Cívic Can Felipa.

ARTS VISUALS

EXPOSICIÓ CENTENARI AL CEM CAN FELIPA

Exposició per a la Festa Major del Poblenou
Inauguració 06.09.2024 > 19 h
Del 06.09.2024 al 30.09.2024

De la fàbrica a la piscina. Cent anys del Club Natació Poble Nou és més que una exposició de centenari. Explica la importància que va tenir l'esport entre la gent treballadora, ara fa cent anys, i el paper de l'associacionisme en el nostre país. Ens trasllada als orígens i ens fa reviure

el dalta baix de la pèrdua de les instal·lacions de la Mar Bella, el 1950. Ens situa al 1960,

quan es va inaugurar la piscina vella, en recupera la memòria i reviu un moment excepcional, quan la nostra entitat va esdevenir el club revelació a Catalunya i Espanya, amb grans figures de la natació i del waterpolo. Parla del Club avui, de Can Felipa, del Pavelló de la Mar Bella de waterpolo, rugby i natació artística. Els socis han tingut un paper destacadíssim en aquest llibre excepcional, amb testimonis i materials inèdits. Comissariada per Julià Guillamon i dissenyada per Àngel Uzquiano, ha comptat amb la col·laboració de la pintora Neus Martín Royo i del fotògraf Joan Teixidor.



ARTS VISUALS

RESBALAR (UNA COSA)

A cura de > Iñigo Villafranca Apesteguia i Lorenzo Galgó
Exposició
Inauguració 17.10.2024 > 19 h
Del 17.10.2024 al 09.01.2025

Si entenem que caminar sobre dues potes és la manera normal de desplaçar-se per un espai, rel·lisçar seria una forma cuir de fer-ho ja que implica un desgast del cos, un sobreesforç, entrar en crisi. Contacte entre una superfície estranya i el teu cos. L'objecte que fricciona amb el teu cos té la potencialitat de contagiar-te. La rel·lisçada succeeix com a malaltia i aquest acte de transmissió com un procés immaterial. La desmaterialització de l'obra d'art com a procés històric passa alhora que l'alliberament sexual a Occident i la pandèmia posterior del VIH. Pensem aquest contagi de cossos i processos immaterials com una imatge inestable que troba la seva alegria en allò amorós d'un intercanvi; en una cosa que s'alegra de rel·lisçar.

La desmaterialització de l'objecte artístic és una qüestió de fons que recorre la història de l'art des de les avantguardes fins al present, i que narra un procés de transvasament d'importància de l'objecte a la idea. Emmarcats en una cultura material que prima la producció de béns de consum i espectacles davant de la creació de contextos, entenem allò immaterial com un marc des d'on activar converses entorn de la visibilitat, la reproductibilitat i la política intrínseca a tota producció d'objectes artístics.

Amb Daniel Llaría. Nazario Díaz, Valerian Goalec, Leire Lacunza, Luis Lecea, Augustine Zegers.

Activitats relacionades amb l'exposició RESBALAR (UNA COSA)

-Taller per a infants sobre l'exposició RESBALAR (una cosa)

Impartit per Sofia Montenegro
A partir del 06.11.2024 >
Dimecres, de 17 a 18.30 h
Gratuït (4 sessions)

-Visita comentada

18.11.2024 > 19 h
Gratuït amb inscripció prèvia
Vine a conèixer les exposicions del CC Can Felipa de la mà dels artistes!

19.12.2024 > 19 h
Gratuït amb inscripció prèvia
Vine a conèixer les exposicions del CC Can Felipa de la mà dels artistes!

La(b) G

G



ARTS VISUALS

ENTRETEIXIDES. TALLER PELL I PAPER

La(b) EN G

A càrrec de Laura Arensburg
Del 7 al 28 de novembre > 17 a 18 h
Taller 3
Gratuït

Taller de collage en què redescobrirem el propi cos, prendre'n consciència i com ha canviat al llarg de la història humana segons les investigacions de la medicina. Realitzarem collages a partir d'imatges mèdiques vintage del segle XX, tractats de medicina antiga de diferents èpoques i imatges dels nostres cossos com una manera de jugar amb la relació entre la medicina, els nostres cossos i els metges.

Taller per a infants de 8 a 12 anys.

ESCENA CONTEMPORÀNIA

SILUETES D'AIGUA

CR G

A càrrec de Teatroenmovimientocallejerx.
11.10.2024 > 18 h
Exterior
Gratuït

Siluetes d'aigua és una peça de teatre de carrer itinerant construïda des d'una mirada multidisciplinària, fruit d'una investigació que barreja les arts de carrer i l'ecofeminisme. L'obra proposa una exploració que parteix d'habitar del cos i l'espai, tenint en compte la crisi de l'aigua a diferents territoris i indagant en els motius i les possibles solucions que s'estan desenvolupant per fer front a la crisi hídrica.

La proposta ens convida a un viatge a través d'un ritual col·lectiu per valorar l'aigua, on el teatre, les destreses del circ i la poesia visual seran les protagonistes.

DIRECCIÓ I DRAMATÚRGIA: Ximena Cañas Abell. DISSENY INTEGRAL: Lucía Valenzuela Chacaltana. INTERPRETACIÓ: Sophie Núñez Anna García Ximena Cañas. UNIVERS SONOR: Joan Cot Ros. ASSESSORIES ARTÍSTIQUES: Sergi Estebanell i Joan Vendrell. Projecte guanyador de la beca "Escribir para la Calle" de PATEA i beca SOS Cultura de Fundació Carulla. Ajuts per a activitats de teatre de sala i de carrer de caràcter professional (OSIC - Oficina de Suport a la Iniciativa Cultural). Convocatòria general de subvencions de l'Ajuntament de Barcelona per a la concessió de subvencions per a dur a terme projectes, activitats i serveis de districtes i de ciutat, per a l'any 2024.



ESCENA CONTEMPORÀNIA

EPIDÈMIA DE BALL. SITE-SPECIFIC

La(b) G

Zoe Balasch en col·laboració amb l'associació Atotaixodansa
Espectacle
19.10.2024 > hora a determinar
Exterior
Gratuït

En el marc de la convocatòria 'Al meu barri fan performances' organitzada pel Centre Cívic Can Felipa i el Festival Escena Poblenu, es presentarà la versió site-specific d'Epidèmia de Ball en col·laboració amb l'associació Atotaixodansa. Aquest projecte de context pretén crear mapes de ficció de llocs del barri del Poblenu, on ja no podem viure'ls ni transitar-los tal com eren en el passat a causa de les transformacions urbanes accelerades que va viure especialment durant els anys dels Jocs Olímpics i del Fòrum 2004. Al mateix temps, Epidèmia de Ball site-specific investiga accions performatives per crear narracions que obrin imaginàries i ficcions, reanimant objectes, matèries, sentits i afectes. Epidèmia de Ball site-specific activarà un itinerari, esdevenint a la vegada un tour i un artefacte performatiu, on el públic transitarà junt amb un grup de performers que actuaran com a guies del tour per carrers i places del barri del Poblenu.

Aquests llocs esdevindran escenaris d'una narrativa ficcionada sobre una epidèmia de ball que, en un passat no tan llunyà, es va estendre pel barri. El públic participant al tour passejarà per localitzacions on es rememoraran diversos fets coreomaniacs, amb el perill que la pròpia memòria dels llocs i tot allò atàvic i intangible despertin fantasmes del passat i el virus del contagi de la dansa entre les persones assistents.

FESTIVAL ESCENA POBLENOU

23a edició
Del 17 al 20.10.2024
Diversos espais

El Festival de Creació Contemporània Escena Poblenu és un festival d'arts escèniques contemporànies multidisciplinari, implicat amb el territori i amb la realitat social actual. Té la vocació de potenciar, visibilitzar i recolzar creacions que contemplin nous llenguatges escènics, noves dramatúrgies, i noves formes de relació amb l'espectador i de convertir l'art escènic i la creació contemporània en una eina per a l'empoderament i capacitat dels ciutadans i les ciutadanes en la construcció de la nostra societat.

Aneu actualitzant informació a:
<http://www.escenapoblenu.com>

ESCENA CONTEMPORÀNIA

HAPPY BIRTHDAY FRANKIE

CR G

A càrrec de la Cia. Lagargo.
25.10.2024 > 19.30 h
Sala de conferències
Gratuït amb reserva prèvia

Aquí va haver-hi una festa. Els plats tacats de pastís, cercles dibuixats pels gots a les estovalles de paper. Aquí es van apagar els llums i el fum de les espelmes va fer-se perfum. Restes de cendra a l'ampit de la finestra de la cuina, llaunes a la pica. Una sabata trepitjada per una sabata que balla. Una llàgrima deforma aquell pòmul. Els cossos posseïts per la música. Aneu passant els plats, qui en vol? Els vestits i els plec dels vestits. Aquí va haver-hi una festa, va durar dies o potser cent anys. Una cabellera amunt i avall. Unes mans s'agafen i ajunten dos cossos. És de part de tot el grup! Entra so de riure en tres, dos... Algú pensa en la mort mentre algú obre un regal. Aquí un monstre va mirar-se als ulls a través del mirall del lavabo. Un cos estirat a terra canta una ària. Aquí va haver-hi una festa que són totes les festes.



CICLE 'VORES I ALES'

La(b) VA G

Art i transformació comunitària
Del 06 al 14.11.2024
Diversos Espais
Gratuït

Tallers, espectacles, exposicions i molt més a diversos, resultat de mesos de trobades i sabers compartits. Un seguit d'activitats artístiques obertes a tothom que vulgui tocar i ser tocat, artísticament parlant. Creiem en l'art proper, accessible, transformador, inclúsiu i humà i per això ja anem per la sisena edició d'aquesta curadoria col·lectiva entre la Fundació Joia (conjuntament amb el Fòrum de Salut Mental), el programa d'arts escèniques del centre cívic Can Felipa, la biblioteca Manuel Arranz del Poblenou, el Club Social Espai de Lleure (Ateneu Santcugatenc), la Fundació Nou Camí, Arep per la salut mental, el Club Social Torrasa (Fundació Privada LAR), el Club Social Gràcia (Grup Atra) i artistes i professionals independents.

ESCENA CONTEMPORÀNIA

ARQUEOLOGÍA DEL MAL

CR G

A càrrec de Marta Margarit.
08.11.2024 > 19.30 h
Teatre
Gratuït amb reserva prèvia

"Una mare té por d'abusar sexualment del seu nadó. Un fill pensa en arrencar el bec a un pardal i clavar-se'l als ulls. Un pardal sense bec observa un noi que es creu capaç d'empènyer un home des d'un setè pis. Un home roba barbitúrics per ajudar la seva germana a suïcidar-se. Una germana creu que si menteix a la seva amiga, l'endemà aquesta es convertirà en truja. I una truja, o qui sap si una amiga, es pixa i es caga a sobre perquè no té forces ni per anar al bany." Arqueologia del mal és una creació artística sobre els pensaments i conductes "tabús" que caracteritzen alguns trastorns mentals, com ara el TOC o la depressió, i una investigació sobre els límits de la performativitat i la representació del tabú a escena.

Espectacle en el marc del cicle Vores i Ales.

FUKIN' BLUE

G

A càrrec del col·lectiu HORIZONTE DE SUCESOS.
15.11.2024 > 19.30 h
Teatre
Gratuït amb reserva prèvia

FUCKIN' BLUE és un viatge a través de la pèrdua a l'inconscient d'un home atrapat en les complexitats i contradiccions de la seva ja obsoleta masculinitat convencional i normativa.

Abordant l'escena des d'una narrativa visual, la peça proposa un patchwork heterogeni. Teixint un mosaic de diferents moments escènics tractats des d'una poètica irònica i sarcàstica, s'acusa i desafia l'estereotip masculí, posant així de manifest la possibilitat d'explorar altres maneres de ser i representar-se en el món.

Atrapat còmodament en els límits d'haver crescut sota els estrets estàndards de la que la societat dicta com a "ser home", el subjecte central d'aquesta peça empenirà un viatge d'autodescobriment a través de la seva vulnerabilitat, com si estigués immers en un malson o un deliri, qüestionant la seva pròpia percepció de la masculinitat i reflectint la necessitat urgent de redefinir-la. Un cop finalitzada la funció tindrà lloc un col·loqui sobre els temes tractats a l'obra.

Creació i direcció: Rubén Romero. Espai escènic: Josep Pijuan. Espai sonor: Gerard Bosch. Il·luminació: Josep Pijuan. Vestuari i construcció d'objectes: Raquel Mora i Juan Pablo Mazorra. Repartiment: Juan Pablo Mazorra i Marçal Borrellà

Aquesta funció és possible gràcies a Espai QWERTY, Plural Centre de masculinitats i la Fundació IRES. Altres col·laboradors: Parece una tonteria, Laberint Escènic i l'Institut del Teatre de Barcelona.

ESCENA CONTEMPORÀNIA

F.U.M.

CR G

A càrrec de Clàudia Mirambell.
22.11.2024 > 19.30 h
Sala de conferències
Gratuït amb reserva prèvia

Fa moltes hores que el grup observa la transformació del paisatge.
Sembla que no tenen pressa per marxar.
Se'ls veu còmodes.

Potser esperen alguna cosa.

El de l'anorac vermell es posa la mà a la butxaca, sense deixar de mirar el paisatge.

Treu un grapat d'anacards. També podrien ser avellanes.

Se'ls menja un a un, sense pressa.

Se'ls posa a la boca sense necessitat de mirar-los, confiant que el que s'està menjant és exactament el mateix que s'ha posat a la butxaca fa unes hores.

Té fe.

F.U.M és una investigació sobre tot allò que es genera al voltant d'un centre que no sabem si existeix. La fe quotidiana. Les expectatives. Tot el que ens fa moure sense saber si arribarem enlloc. Avui, aquí, en aquesta posada en escena en cru podrien passar moltes coses; algunes passaran, i altres encara no ho sabem.

TECHNO

CR G

A càrrec de la Cía. Pawlikowska- Saghatelian.
13.12.2024 > 19.30 h
Sala de conferències
Gratuït amb reserva prèvia

En el batec constant de la música techno, l'obra ens submergeix en un món de vides paral·leles, explorant els temes del sexe, l'amor i l'addicció en una societat que oscil·la entre l'extrema solitud, la recerca del plaer i l'objectivació. Les protagonistes s'enfronten a la dicotomia de ser consumides o consumidoras, de ser muses o artistes, i examinen els temes del desig i l'autonomia de la dona en el món contemporani.

REVEL·LA

CR G

A càrrec de Mònica Giménez.
20.12.2024 > 19.30 h
Sala de conferències
Gratuït amb reserva prèvia

La Mila s'ha reunit, com cada any, el 23 de juny, a la platja, amb els seus amics, però aquesta vegada no és com esperava. Un fet fa trencar la seva relació amb tot el grup, un fet que la porta a un bucle de decisions autodestructives que ens acaben situant en el seu enterrament. Un any després d'aquesta reunió, ens trobem en la mateixa platja per a acomiadar-la.

REVEL·LA és una autoficció que ens narra què pot succeir una nit de Sant Joan, entre "amics", entre espais "segurs".

Què va ser el que va passar aquesta nit de Sant Joan? Com reaccionaries si estiguessis en el lloc dels amics? Et veuries temptat pel sentiment de pertinença?



ESCENA FAMILIAR

INTERLÚDIC

CR G

A càrrec de Mireia de Querol Duran i Urša Sekirnik.
05.10.2024 > 12 h
Sala de conferències
Gratuït amb reserva prèvia

INTERLÚDIC és un projecte que utilitzant la idea de joc explora les relacions entre les persones a través del moviment d'una manera interactiva, lúdica i creativa. No és una actuació, i tampoc un taller. És una acció escènica participativa per la qual proposem una hibridació del format escènic i format de taller - ens interessa crear un espai on totes participem i creem. El format proposa un espai on els participants són els protagonistes i seran guiats a través de diferents dinàmiques lúdiques que posen en relació el moviment, la propiocepció, el joc amb l'espai i amb les relacions entre persones, creant una coreografia d'inici a fi a través del joc compartit.

Idea i creació: Mireia de Querol Duran i Urša Sekirnik. Support: La Lleialtat Santsenca, Graner - centre de creació de dansa i arts vives, C.C. Can Felipa, La Visiva espai de moviment, KUD NUM. Agraïment: Ariadna Grau i Verónica Gimeno.

Recomanat per a nens i nenes a partir de 6 anys. Servei traducció de llengua de signes amb reserva enviant un correu electrònic a administracio@cccanfelipa.cat.



LA FOTÒGRAFA MIRA I LES SEVES HISTÒRIES

G

A càrrec de Cia. Viú el Teatre.
09.11.2024 > 12 h
Teatre
Gratuït amb reserva prèvia

La fotografia Mira escenifica, a través de fotografies i els seus viatges, històries basades en contes d'autores que no ens deixaran indiferents: L'Artur i la Clementina, El club dels valents, El cavaller que no volia lluitar, entre d'altres. Un viatge teatral que aporta noves mirades als infants i els seus acompanyants per caminar cap a un món més equitatiu, respectuós i amable.

Recomanat per a nens i nenes a partir de 4 anys. Servei traducció de llengua de signes amb reserva enviant un correu electrònic a administracio@cccanfelipa.cat.



ESCENA FAMILIAR

L'ESTEL DE NADAL

G

Contacontes
A càrrec de Pepa Contes
21.12.2024 > 12 h
Sala de conferències
Gratuït

La combinació de màgia i tradició ens farceix la memòria i l'enginy amb històries tendres, divertides i encisadores que reuneixen grans i xics per celebrar plegats l'alegria de Nadal. Us explicarem contes de Nadal amb tots els ets i uts, i no patiu, que no hi faltaran ni el tió ni els Reis d'Orient. Quan la natura ens brinda més fosc, una espurna ens toca el cor i ens convida a la festa per il·luminar de nou la terra amb l'esperança renovada que la pau pot, per fi, arribar.

Recomanat per a nens i nenes a partir de 4 anys. Servei traducció de llengua de signes amb reserva enviant un correu electrònic a administracio@cccanelipa.cat.

ALTRES ACTIVITATS

EXPOSICIÓ DE PETIT FORMAT > COL·LABORACIÓ STIPART

La(b) G

Artista emergent del Festival Stripart
De l'01 al 28.10.2024
Ubicada a la tercera planta
Gratuït

Exposició resultat de la col·laboració amb el festival Stripart del Centre Cívic Guinardó 'PROCESSOS EN ACCIÓ', destinada a donar suport als artistes emergents que hagin presentat la seva proposta al Festival Stripart. La proposta es desenvolupa en dues vies diferents.

EXPOSICIÓ DE PETIT FORMAT > FOTOGRAFIA DE CONFINAMENT

G

De l'01 al 28.11.2024
Ubicada a la tercera planta
Gratuït

Quan la pandèmia ens va tancar a casa, el Fotoclub Poblenou de Barcelona va decidir continuar la seva activitat d'una manera diferent: tots volíem continuar fent fotos, sense sortir de casa. La idea era organitzar un concurs temàtic setmanal, en el que aquells objectes que teníem a mà, havien de ser fotografiats. Aquests 45 dies de confinament ens van permetre dur a terme un treball altament creatiu, que també va servir com a teràpia de grup. Aquesta exposició us mostra un resum de les 12 sessions que es van fer. En concret us mostrem les fotos més representatives dels concursos dedicats a: espelmes, barrets, fruites i verdures, llibres i paper higiènic.

ALTRES ACTIVITATS

EXPOSICIÓ DE PETIT FORMAT > COL·LABORACIÓ ROSER BUSQUETS + CIA PAWLIKOWSKA

La(b) G

De l'01 al 28.12.2024
Ubicada a la tercera planta
Gratuït

Exposició resultat de la col·laboració entre ROSER BUSQUETS + CIA PAWLIKOWSKA en amb l'Institut Quatre Cantons.

EXPOSICIÓ DE PETIT FORMAT > "50 ANYS AMB PERE RELATS"

G

Del 06.09.2024 al 16.09.2024
Inauguració 06.09.2024 > 19 h
Ubicada a la tercera planta
Gratuït

Exposició "50 anys amb Pere Relats"; un recorregut per la vida i l'obra de Mossèn Pere Relats, amb motiu de la commemoració dels 50 anys de la seva mort.

FUNKY TRAINING. En el marc del MUV: Urban Meeting

G

14.09.2024 > 17 h
Teatre
Gratuït. Accés limitat.

Funky Training és un esdeveniment que té com a objectiu involucrar tots els ballarins i ballarines de funk styles i danses urbanes en general per compartir una tarda memorable. Vine a gaudir de la millor música funk i demostra el teu talent a la pista de ball!

Aquesta Jam oberta està adreçada a joves ballarins i aficionats a la dansa urbana, inclosos tots els estils d'aquest gènere. És un espai de trobada, improvisació i intercanvi de coneixements, on els participants poden relacionar-se, fer noves amistats i fomentar els valors de la cultura Hip Hop.



L'activitat serà dirigida per un DJ que submergirà els participants en una de les sessions de música urbana més completes, amb estils que van des del Soul, el Funk, la música Disco, el Rap i les seves variants, fins a la música House, la Salsa i la música africana.

Funky Training no és només una confluència de ballarins; és un espai on els artistes poden expressar les seves emocions i promoure l'esperit de convivència.

MUV: URBAN MEETING

19.10.2024 > 17 h
Acte central al Parc de Sant Martí

Es tracta d'un projecte en xarxa de tots els centres cívics del districte de Sant Martí amb el suport de la direcció de Joventut de l'Ajuntament de Barcelona i les complicitats de joves del territori vinculats a associacions de promoció de les danses urbanes.

ALTRES ACTIVITATS

FESTIVAL RELISQUÍN

G

Projeccions
Divendres 11.10.2024 > de 17.15 a 21.30 h
Teatre
Gratuït (No cal reserva prèvia)

La 4a edició del Festival Relisquín ens torna a acostar projectes audiovisuals que reflexionen al voltant d'experiències urbanes. Els eixos d'aquesta mostra giren al voltant de les transformacions arquitectòniques, la pèrdua del patrimoni històric, la substitució d'activitats productives, els nous perfils de veïnat i els processos d'especulació i gentrificació. A través de l'audiovisual el Festival Relisquín 2024 segueix reivindicant un model de ciutat que posi al centre (de veritat) els seus veïns i veïnes.

El Festival està impulsat per la plataforma Taula Eix Pere IV i compta amb la participació de tres entitats del barri dedicades a l'audiovisual: Produccions la Llacuna, Teleduca i Filmclub.

Les projeccions es realitzaran del 10 al 13 d'octubre a diversos espais del barri. Consulteu tota la informació a www.festivalrellisquin.org.



SANT MARTÍ ESCENA PER PALESTINA

La(b) G

Divendres 29.11.2024
Gratuït amb reserva prèvia

Activitat en col·laboració amb UNRWA, l'Agència de les Nacions Unides per als Refugiats de Palestina. Actualitzeu la informació de l'acte a la web del centre cívic Can Felipa.

ALTRES ACTIVITATS

ARGUMENTA BCN

G

Dijous 14.11.2024 i 12.12.2024 > 19 h
Teatre
Gratuït amb reserva prèvia

La Xarxa de Centres Cívics de Barcelona enceta la sisena edició del programa #argumentaBCN que es va iniciar la tardor del 2021, on diversos centres cívics seran l'escenari de diferents sessions, plantejades com un diàleg entre veus acreditades en la matèria i una figura que moderarà i dinamitzarà la participació del públic per crear i compartir un espai de conversa i reflexió col·lectiva.

En aquesta ocasió, les converses giraran al voltant de la idea d'emergència. Un dels atractius d'aquest concepte és que conté dos sentits aparentment contraposats: el d'una urgència que implica perill, i el del naixement de quelcom nou que apareix amb força. Les sessions que proposem sorgeixen de traslladar aquesta dualitat a diferents àmbits que interpel·len la ciutadania, amb la voluntat de crear un diàleg en què visions complementàries ens permetin dibuixar escenaris esperançadors sense renunciar a la crítica del nostre entorn.

CONCERT SIMFÒNIC Orquestra Amics de la Música

Concert
Dissabte 30.11.2024 > 17 h
Teatre
Preu: 5€

L'Orquestra Amics de la Música és una orquestra amateur, mig simfònica i mig big band, composta per més de quaranta instrumentistes. L'OAM és la única agrupació instrumental a Catalunya especialitzada en difondre els grans temes escoltats al segle XX.

RESERVA I COMPRA D'ENTRADES: Les entrades es pagaran en efectiu el mateix dia del concert (amb o sense reserva). Tots els beneficis de les entrades es destinaran a Associació Ficat per la fisura palatina.

CURSOS I TALLERS

**Dates d'inscripció:
del 9 al 13 de setembre
de 2024**

En aquesta secció trobareu els cursos i tallers programats per setembre, octubre, novembre i desembre de 2024 al Centre Cívic Can Felipa.

La inscripció al cursos i tallers es pot fer presencial o en línia des del nostre web.

ÍNDEX CURSOS I TALLERS

ARTESANIA

Laboratori ceràmica iniciació	pàg. 18
Laboratori ceràmica avançat	pàg. 18
Patchwork	pàg. 18
Remeis tradicionals amb plantes	pàg. 18
Taller de brodat creatiu	pàg. 19

ARTS VISUALS

Acrílic	pàg. 19
Autoeditem(nos)	pàg. 19
Introducció a l'aquarel·la	pàg. 20

ARTS ESCÈNIQUES

Anem al teatre!	pàg. 20
Dansa contemporània	pàg. 21
Improvisació teatral	pàg. 21
Joc teatral	pàg. 21
Masterclass de hip-hop	pàg. 21
Masterclass de repartó	pàg. 22
Palestina a escena	pàg. 22
Playback i risoteràpia - Dones +40	pàg. 22

N NOU!

G GRATUÏT

La(b) La(b) Felipa

COS I MOVIMENT

Balls de saló intermedi	pàg. 23
Balls de saló avançat	pàg. 23
Esquena sense dolor	pàg. 23
Hipopilates	pàg. 23
loga	pàg. 23
loga per embarassades - Grup 1	pàg. 24
loga per embarassades - Grup 2	pàg. 24
loguïlates	pàg. 24
Moviment conscient - Dones +40	pàg. 24
Pilates matí	pàg. 25
Pilates tarda	pàg. 25
Tai-txí	pàg. 25
Txi kung	pàg. 25
Zumba	pàg. 25

SALUT I BENESTAR

Alimentació i al·lèrgies	pàg. 26
Estratègies de gestió intrafamiliar	pàg. 26
Primers auxilis infants 0 a 14 anys	pàg. 26
Taller adolescència, malestar emocional i assetjament escolar	pàg. 26

CREIXEMENT PERSONAL

Mindfulness a la natura, Collserola	pàg. 27
Mindfulness, viu el present	pàg. 27
Diàlegs amb la filosofia	pàg. 28

CUINA

Cuina de temporada	pàg. 28
Street food del món	pàg. 28

IDIOMES

Club de lectura en anglès	pàg. 29
Conversa en anglès	pàg. 29

JOVES

Dansa urbana	pàg. 29
--------------	---------

MÚSICA

Guitarra iniciació	pàg. 30
Ukelele	pàg. 30

TALLERS FAMILIARS

Ceràmica en família	pàg. 30
loga postpart amb nadons	pàg. 30
Sensibilització musical i expressiva per a nadons	pàg. 31

TALLERS PER A INFANTS

Guitarra per a infants	pàg. 31
------------------------	---------

ARTESANIA

LABORATORI CERÀMICA Iniciació

A partir del 26.09.2024 >
El 17 d'octubre no hi haurà classe
Dijous, de 19 a 21 h
Taller 2
80,80€ + 15€ material (9 sessions)

Mitjançant el fang explorarem les potencialitats creatives de cadascú, sempre respectat la diversitat de punts de vista. Des d'una tassa a una escultura abstracta, a tot li donarem l'abundància d'un sentiment propi. Serà una oportunitat per a iniciar-se en el món de la ceràmica i connectar amb les nostres mans i la nostra creativitat. Impartit per Alma Esteban.

LABORATORI CERÀMICA Avançat

A partir del 30.09.2024 >
Dilluns, de 18.30 a 20.30 h
Taller 2
80,80€ + 15€ material (9 sessions)

Aquest taller et convida a explorar l'art de la ceràmica. Mitjançant l'ús del fang, estimularem la creativitat i la tècnica, potenciant l'expressió lliure i el creixement artístic. Una oportunitat enriquidora per continuar endinsant-se en el món apassionant de la ceràmica. Impartit per Alma Esteban.

PATCHWORK

A partir de l'01.10.2024 >
Dimarts, de 17 a 19 h
Aula 3
80,80€ (9 sessions)

Combina l'art i la creativitat utilitzant diverses robes i teixits que, cosits adequadament, donen com a resultat formes geomètriques que decoraran els llençols i els cobrellits de les nostres llars. Cal tenir regles, llapis i llapis de colors. Impartit per Montserrat Andrés.

REMEIS TRADICIONALS AMB PLANTES

A partir del 20.11.2024
Dimecres, de 18.30 a 20.30 h
Taller 3
26,93€ + 12€ material (3 sessions)

Les plantes i herbes remeieres han estat usades des de fa molts anys a Catalunya per guarir tota mena de malalties i malestars i per a fer productes d'ús cosmètic. Aprendre sobre tradicions remeieres de les dones de diferents indrets de Catalunya, coneixerem les plantes remeieres més tradicionals i aprendrem a fer tintures, ungüents, macerats, xarops i moltes preparacions més. També ens apropiem a les plantes de manera polisensorial. El primer dia cal portar un pot de vidre amb tapa d'uns 200 ml per endur-se mostra del que prepararem, i s'explicarà la resta d'envasos que caldrà portar al llarg del curs. Impartit per Zero Waste Bcn.

ARTESANIA

TALLER DE BRODAT CREATIU

A partir del 30.09.2024 >
Dilluns, de 18 a 20.30 h
Taller 3
101€ (9 sessions)

El brodat és una de les tècniques tèxtils més antigues, compartida per gairebé totes les cultures del món. S'ha utilitzat per decorar i renovar peces de roba o de la llar, i tot que durant segles ha estat relegat a l'àmbit familiar i femení, als últims anys ha viscut un apogeu i són molts els artistes que el fan servir com a eina d'expressió. En aquest curs aprendrem a brodar els punts bàsics i experimentarem amb diferents fils i materials per tal de deixar sortir la teva creativitat. A través de diferents projectes personals, com pot ser brodar una tote bag o decorar (o perquè no, reparar!) una peça de roba del nostre armari, combinarem tècniques tradicionals amb d'altres de més contemporànies, cadascú al seu ritme. No calen coneixements previs. Impartit per Sonia Benítez.

Material que cal portar el primer dia de taller:
Retall de tela de cotó de 30 x 30 en color cru (cotó de plana: cotó 100%, però no elàstic. És el tipus de teixit de patchwork, per exemple. L'important és que no porteu teixits elàstics). Fils DMC Mouliné (2 o 3 troques de diferents colors), agulla de brodar amb punta, bastidor de brodar 15/18 cm diàmetre, tisores de cosir, cinta mètrica, agulles de cap, bolígraf esborrable (el més conegut és el Frixion (Pilot) que es ven a papereries), paper i llapis. Aquest material es pot comprar a qualsevol merceria de barri.

ARTS VISUALS

ACRÍLIC

A partir de l'01.10.2024 >
Dimarts, de 19 a 20.30 h
Taller 2
60,60€ + 10€ de material (9 sessions)

Descobreix les característiques i avantatges de l'acrílic com llenguatge artístic, explora tècniques bàsiques i experimenta amb diferents eines. Realitzarem exercicis que et permetin familiaritzar-te amb l'ús de l'acrílic, com barrejar colors, crear textures i aplicar capes en un llenç. Explora la teva creativitat a través de projectes simples i desenvolupa la teva pròpia obra d'art. Impartit per Lorena Cortés.

AUTOEDITEM(NOS)

21 i 28 de novembre, de 18.30 a 20.30 h
Gratuït (2 sessions)

Taller no mixt en el marc del 25N, Dia Internacional per l'Erradicació de la Violència vers les Dones.

Un taller per abordar les qüestions de gènere i les sexualitats, des d'una mira transfeminista interseccional. A partir de les metodologies de treball del projecte Espais Púb(lic)s, es crearan dinàmiques artístiques per tal que cada participant pugui elaborar el seu propi fanzine a partir d'experiències individuals i col·lectives, tot utilitzant tècniques com el collage, la poesia visual o l'escriptura automàtica. Impartit per El col·lectiu La noia del monyo.

N G

ARTS VISUALS

INTRODUCCIÓ A L'AQUAREL·LA

A partir de l'01.10.2024 >
Dimarts, de 17.30 a 19 h
Taller 2
60,60€ (9 sessions)

Taller essencial d'aquarel·la per a conèixer aquesta disciplina creativa. Pensat per a principiants, descobrirem quins són els materials idonis per a pintar la nostra primera aquarel·la i coneixerem la tècnica bàsica per a continuar pintant pel nostre compte. Material que ha de portar l'alumnat el primer dia de taller: Paper d'aquarel·la (min 200gr/m²), pinzells rodons (N8, N3, N0), aquarel·les seques/liquides, paleta de mescla o plat, carbonet negre, cera blanca, llapis 2b, gots per a l'aigua, esborradors durs i tous, paper o drap absorbent. Impartit per Fabiana Flores.

ARTS ESCÈNIQUES

ANEM AL TEATRE!

A partir del 29.10.2024 >
Sessions prèvies a Can Felipa, dimarts, de 19.45 a 20.45 h
Sortides al teatre, dijous o divendres al vespre.
Aula 1
Gratuït (10 sessions)

L'entrada a cada espectacle anirà a càrrec dels participants.

Aquest taller està dissenyat per als amants del teatre que volen aprofundir en el coneixement i la comprensió de les obres teatrals. L'objectiu és gaudir de cinc peces de teatre de diferents estils i poder-les comentar i debatre entre tots de forma informal, tot prenent alguna cosa després de cada funció. Prèviament al visionat, dedicarem una sessió al centre cívic Can Felipa a comentar i contextualitzar l'obra que anirem a veure. Aquesta sessió prèvia ens permetrà explorar el rerefons de l'obra, els seus temes principals, la trajectòria dels seus creadors i qualsevol altre detall rellevant que enriqueixi l'experiència de l'espectacle. A més, compartirem materials complementaris seleccionats per la tallerista per a una millor comprensió de cada obra. Vine a descobrir el teatre des d'una nova perspectiva, envoltat de persones amb les mateixes inquietuds artístiques. Impartit per: Companyia de teatre El Eje.

Calendari del taller | 1a obra: 29 d'octubre de 19.45 a 20.45 h, sessió prèvia a Can Felipa. 31 d'octubre, visionat de l'obra. // 2a obra: 5 de novembre de 19.45 a 20.45 h, sessió prèvia a Can Felipa. 15 de novembre, visionat de l'obra. // 3a obra: 19 de novembre de 19.45 a 20.45 h, sessió prèvia a Can Felipa. 29 de novembre, visionat de l'obra. // 4a obra: 10 de desembre de 19.45 a 20.45 h, sessió prèvia a Can Felipa. 13 de desembre, visionat de l'obra. // 5a obra: 17 de desembre de 19.45 a 20.45 h, sessió prèvia a Can Felipa. 20 de desembre, visionat de l'obra.

N G

ARTS ESCÈNIQUES

DANSA CONTEMPORÀNIA

A partir del 25.09.2024 >
Dimecres, de 19.45 a 21.15 h
Teatre
60,60€ (9 sessions)

El taller de dansa contemporània es basa a proporcionar un espai de coneixement i experiència a través del cos i el moviment, amb la finalitat de gaudir de l'art de la dansa. Iniciarem les sessions aplicant diverses tècniques de dansa per establir els fonaments bàsics, fomentant el contacte amb el cos i les sensacions de moviment a través d'exercicis i seqüències precises que aniran augmentant l'energia gradualment. Des d'aquest punt de partida, ens anirem endinsant en la dansa com a treball artístic, transitant per diferents tipus i qualitats de moviment, posant èmfasi en la musicalitat i el ritme, així com en el gest i l'expressió individual, mitjançant seqüències de moviment i propostes d'improvisació. Impartit per Olga Santín.

IMPROVISACIÓ TEATRAL

A partir de l'01.10.2024 >
Dimarts, de 19 a 21 h
Teatre
80,80€ (9 sessions)

Farem exercicis molt dinàmics en què potenciarem la nostra creativitat i les nostres habilitats personals. Desenvoluparem la nostra imaginació, estimularem l'espontaneïtat, augmentarem la nostra percepció i la nostra sensibilitat mentre passem una bona estona. Impartit per David Franch.

JOC TEATRAL

A partir del 30.09.2024 >
Dilluns, de 19 a 21 h
Sala Nova
80,80€ (9 sessions)

En aquest taller d'iniciació teatral potenciarem la nostra creativitat i les nostres habilitats personals. També desenvoluparem la imaginació, ja que ens plantejarem situacions en què hi haurà conflictes que resolde estimulant al mateix temps la nostra espontaneïtat, sensibilitat i capacitat de percepció. Tot això ho realitzarem mitjançant exercicis d'improvisació, de creació d'escenes curtes, creació de personatges i exercicis d'interpretació a on treballarem l'escolta, l'observació, la paraula i el cos. Impartit per David Franch.

MASTERCLASS DE HIP-HOP. En el marc del MUV: Urban Meeting

03.10.2024 > de 17.30 a 19 h
Sala de conferències
Gratuït amb reserva prèvia

El Hip-hop és un moviment artístic i cultural que va sorgir als Estats Units a la fi dels anys 1970 en les comunitats afroamericanes i llatinoamericanes de barris populars de Nova York, Bronx, Queens i Brooklyn. Des del principi van destacar com a manifestacions característiques la música, el ball i els grafitis. El que distingeix al hip-hop d'altres formes de dansa és que sovint és de naturalesa «lliure» (d'improvisació) i els ballarins de hip-hop participen en competicions de ball denominades «batalles». Els equips, l'estil lliure i les batalles són identificadors d'aquest estil. La dansa de hip-hop pot ser una forma d'entreteniment o hobby. També pot ser una forma de mantenir-se actiu en un ball competitiu i una manera de guanyar-se la vida ballant professionalment. A càrrec d'Andrea.

N G

ARTS ESCÈNIQUES

MASTERCLASS DE REPARTO. En el marc del MUV: Urban Meeting

03.10.2024 > de 19.30 a 21 h
Sala de conferències
Gratuït amb reserva prèvia

El repartó cubà és un estil de ball i gènere musical originari dels barris de l'Havana, Cuba. Combina influències de reggaeton, hip-hop i música electrònica, caracteritzant-se per moviments energètics i alegres, acompanyats de música amb ritmes enganxosos i lletres quotidianes. Molt popular en festes i esdeveniments, aquest estil reflecteix la vida urbana de Cuba. A càrrec de Lment.

PALESTINA A ESCENA

A partir del 24.10.2024 >
Dijous, de 18.30 a 20.30 h
La primera sessió tindrà una durada de 2,5 h
Sala Nova
Gratuït (5 sessions)

Un taller per sensibilitzar-nos i mobilitzar-nos a través de l'expressió teatral. Explorarem les eines del teatre social per a la creació col·lectiva i l'activisme cultural a partir d'un enfocament centrat en els drets de les dones refugiades de Gaza. El taller proporcionarà un espai segur i inclusiu per a la reflexió i el diàleg sobre les complexitats de la situació a Palestina, i mitjançant exercicis i dinàmiques teatrals idearem una peça de micro teatre que amplificarà les seves veus i experiències, i que es mostrarà el 29 de novembre en el marc del Sant Martí Escena per Palestina. Activitat en col·laboració amb UNRWA, l'Agència de les Nacions Unides per als Refugiats de Palestina. Impartit per Joel Álvarez.

PLAYBACK I RISOTERÀPIA PER A DONES MAJORS DE 40 ANYS

A partir del 27.09.2024 >
El 18 d'octubre no hi haurà classe
Divendres, de 19.15 a 20.45 h
Sala Nova
Gratuït (9 sessions)

En cas d'acumular més d'una absència sense justificar, es perdrà la plaça i aquesta passarà a alguna de les persones en llista d'espera.

Un taller de playback dedicat a l'expressió corporal a través de la música, el ball i el moviment. Realitzarem exercicis de risoteràpia per a facilitar la cohesió grupal, amb la finalitat de desenvolupar l'autoestima a través de l'autoconeixement i la consciència corporal, i treballarem la respiració, la presència escènica i la vocalització.

S'ha comprovat que el ball i el riure franc produeixen múltiples beneficis a tots els nivells: físic, emocional i mental. Rejoveneix, elimina l'estrès, tensions, ansietat, depressió, colesterol, aprima, alleuja el dolor, l'insomni, problemes cardiovasculars, respiratoris... A més, el riure ens aporta acceptació, comprensió, alegria, creativitat, relaxació, obre els nostres sentits i ajuda a transformar les nostres pautes mentals. Ens ajuda a descobrir els nostres dons, obrir nous horitzons, vèncer les pors, omplir-nos de llum, de força, d'il·lusió, de sentit de l'humor, de goig i a aprendre a viure una vida positiva, intensa, sincera i total. Impartit per Lorena Agüero.

COS I MOVIMENT

BALLS DE SALÓ INTERMEDI

A partir de l'01.10.2024 >
Dimarts, de 20 a 21.30 h
Sala de conferències
60,60€ (9 sessions)

Podreu millorar la vostra destresa a l'hora de ballar en parella la Salsa, la Bachata, el Rock, el Tango, el Swing, etc. Cal inscriure's en parella. Impartit per Eduard Pérez.

BALLS DE SALÓ AVANÇAT

A partir del 25.09.2024 >
Dimecres, de 20 a 21.30 h
Sala de conferències
60,60€ (9 sessions)

Perfeccionareu el vostre ball, aprenent a gaudir-ne i a compartir-ho amb la vostra parella. Cal inscriure's en parella. Impartit per Eduard Pérez.

ESQUENA SENSE DOLOR

A partir del 26.09.2024 >
El 17 d'octubre no hi haurà classe
Dijous, de 16 a 17 h
Sala Nova
40,40€ (9 sessions)

Sessions dissenyades especialment per prevenir o reduir molèsties d'esquena, mitjançant la tonificació i l'estirament de la musculatura. Milloraràs la teva mobilitat i estabilitat gràcies a la unió del dinamisme i força muscular amb la respiració i la relaxació. Podràs prendre més consciència de la teva postura i de la teva alineació, enfortint l'abdomen i estirant els lumbars, per gaudir d'una vida més saludable. Cal portar màrrega i roba còmoda. Impartit per Ander Bonamino.

HIPOPILES

A partir del 26.09.2024 >
El 17 d'octubre no hi haurà classe
Dijous, de 9.30 a 10.30 h
Sala Nova
40,40€ (9 sessions)

La gimnàstica abdominal hipopressiva és la més idònia per recuperar i cuidar el sòl pèlvic, reforçar la faixa abdominal i augmentar la capacitat pulmonar. El mètode pilates tonifica i estira tota la musculatura del cos des de dins cap a fora. Ambdues disciplines et proporcionaran molts beneficis físics i de relaxació. Impartit per Lucrecia Guio.

IOGA

A partir del 26.09.2024 >
El 17 d'octubre no hi haurà classe
Dijous, de 17.15 a 18.15 h
Sala Nova
40,40€ (9 sessions)

Ioga vol dir literalment unió de cos, ment i esperit. Amb aquesta pràctica, respectuosa amb el cos i les capacitats de cadascú, sincronitzarem la respiració i el moviment per unir una postura a una altra i fluir amb la respiració i el moviment. La pràctica física dinàmica ajuda a depurar l'organisme, alliberar tensions, aprenent a conèixer millor el nostre cos i a utilitzar-lo d'una manera més correcta. Crea lleugeresa i evita l'estancament, tant físic com mental, ajudant-nos així a enfortir els músculs, augmentar la flexibilitat i reduir l'agitació mental. Cal portar màrrega i roba còmoda. Impartit per Ander Bonamino.

IOGA PER EMBARASSADES. Grup 1

A partir del 27.09.2024 >
El 18 d'octubre no hi haurà classe
Divendres, de 13 a 14 h
Sala Nova
17,95€ (4 sessions)

Practicar ioga durant l'embaràs ajuda física, mental i emocionalment a la dona, en un moment de gran transcendència, en el qual s'esdevenen múltiples canvis. A les classes connectaràs amb tu mateixa i amb el bebè mitjançant les postures més adequades, respiracions i meditacions, per centrar-nos en el moment present de la pràctica. Així, podràs deixar anar tensions emocionals i físiques i et prepararàs per a un part actiu gaudint de la connexió cos i ment que proporciona el ioga. Impartit per Carmen Chito.

IOGA PER EMBARASSADES. Grup 2

A partir del 15.11.2024 >
Divendres, de 13 a 14 h
Sala Nova
17,95€ (4 sessions)

Practicar ioga durant l'embaràs ajuda física, mental i emocionalment a la dona, en un moment de gran transcendència, en el qual s'esdevenen múltiples canvis. A les classes connectaràs amb tu mateixa i amb el bebè mitjançant les postures més adequades, respiracions i meditacions, per centrar-nos en el moment present de la pràctica. Així, podràs deixar anar tensions emocionals i físiques i et prepararàs per a un part actiu gaudint de la connexió cos i ment que proporciona el ioga. Impartit per Carmen Chito.

IOGUILATES

A partir del 26.09.2024 >
El 17 d'octubre no hi haurà classe
Dijous, de 10.45 a 11.45 h
Sala Nova
40,40€ (9 sessions)

Amb el ioga, cos i ment entren en perfecta conjunció a la vegada que el Pilates s'ocupa de treballar i millorar el to muscular. T'imagines fusionar ambdues disciplines? El resultat és un equilibri perfecte de salut física i emocional. Impartit per Lucrecia Guio.

MOVIMENT CONSCIENT PER A DONES MAJORS DE 40 ANYS

A partir de l'01.10.2024 >
Dimarts, de 20.30 a 21.30 h
Sala de Nova
Gratuït (9 sessions)

En cas d'acumular més d'una absència sense justificar, es perdrà la plaça i aquesta passarà a alguna de les persones en llista d'espera.

En aquest taller potenciarem l'autoconeixement a través d'una profunda presa de consciència del nostre propi cos, els seus límits i possibilitats, i focalitzarem l'atenció en la nostra respiració, els nostres pensaments i emocions. Enfortirem l'atenció a través de moviments coordinats amb la respiració, que farem de manera lenta i conscient afavorint així el procés d'aprenentatge somàtic. La pràctica habitual no només ens ajuda a prendre consciència a través del moviment i la respiració profunda, sinó que a més millora la postura corporal, estimula el sistema nerviós, millora la percepció individual, potencia l'autoestima i estimula l'atenció i la concentració per fer possible portar una vida plena segons el potencial individual de cada persona. Afavorir el benestar a través del retrobament amb nosaltres mateixes. Per fer l'activitat cal portar roba i calçat còmodes. Impartit per Lorena Agüero.

PILATES MATÍ

A partir del 25.09.2024 >
Dimecres, de 10.40 a 11.40 h
Sala de conferències
40,40€ (9 sessions)

Destacarem el treball respiratori i el coneixement del "Power House", el centre del cos des d'on neix tot moviment. Alleugereix el mal d'esquena, tonificar el teu cos i obtindràs una postura efectiva. Acompanyat tot amb una bona dosi de relaxació. Impartit per Lucrecia Guio.

PILATES TARDA

A partir del 30.09.2024 >
Dilluns, de 17 a 18 h
Sala Nova
40,40€ (9 sessions)

Destacarem el treball respiratori i el coneixement del "Power House", el centre del cos des d'on neix tot moviment. Alleugereix el mal d'esquena, tonificar el teu cos i obtindràs una postura efectiva. Acompanyat tot amb una bona dosi de relaxació. Impartit per Lucrecia Guio.

TAI-TXI

A partir del 25.09.2024 >
Dimecres, de 18.45 a 19.45 h
Sala de conferències
40,40€ (9 sessions)

Exercicis basats en moviments d'arts marcial tradicionals xinesos: ajuden a mantenir la salut i calmar la ment, a més d'entrenar l'equilibri i cultivar l'energia vital (Qi). Per a persones de totes les edats. Impartit per Miles David Pratt.

TXI KUNG

A partir de l'01.10.2024 >
GRUP A: Dimarts, de 18.45 a 19.45 h
Sala de conferències
A partir del 25.09.2024 >
GRUP B: Dimecres, de 9.30 a 10.30 h
Sala conferències
40,40€ (9 sessions)

Exercicis xinesos que ajuden a mantenir la salut, enfortir l'energia vital (Qi) i calmar la ment. Són exercicis fàcils d'aprendre i adequats per a persones de totes les edats, fins i tot amb mobilitat reduïda. Impartit per Miles David Pratt.

ZUMBA

A partir de l'01.10.2024 >
Dimarts, de 17.30 a 18.30 h
Sala de conferències
40,40€ (9 sessions)

La Zumba combina elements aeròbics amb passos de ball, inspirat en els ritmes llatins (salsa, merengue, reggaeton i cumbia).

SALUT I BENESTAR

ALIMENTACIÓ I AL·LÈRGIES DELS SIS MESOS AL PRIMER ANY DE VIDA

N G

Dilluns 2 de desembre, de 16.30 a 18.30 h
Sala de conferències
Gratuït (1 sessió)

Una xerrada que té el propòsit de donar a conèixer la introducció d'aliments i possibles reaccions al·lèrgiques. També es prepararà un plat saludable. Dirigit a totes les persones interessades en aquesta qüestió. Impartit per Yurena Aleman Hernandez i Angie del Fierro (Cap Vila Olímpica). Impartit per Yurena Aleman Hernandez i Angie del Fierro (Cap Vila Olímpica).

ESTRATÈGIES DE GESTIÓ INTRAFAMILIAR PER AFAVORIR EL BENESTAR EMOCIONAL

N G

A partir del 28.10.2024 >
Dilluns, de 16 a 17.30 h
Teatre
Gratuït (4 sessions)

Activitat grupal amb objectiu d'aportar recursos per a la gestió de situacions intrafamiliars que ajudin a crear un ambient que afavoreixi el benestar. Quatre sessions dividides en "Aparició del trastorn mental en la família", "Introducció al concepte de família emocionalment intel·ligent", "Recomanacions per a millorar la convivència i benestar emocional" i "Autocura dels familiars". Impartit per Maria Cedrán (Fundació Joia).

PRIMERS AUXILIS PER A INFANTS DE 0 A 14 ANYS

G

Dijous 24 d'octubre, de 16.30 a 18.30 h
Sala de conferències
Gratuït (1 sessió)

Amb l'objectiu de dotar dels coneixements bàsics per a realitzar les primeres mesures d'auxili en cas d'accident infantil, en aquest taller es tractaran qüestions com la reanimació, la correcta actuació en cas d'obstrucció respiratòria per un cos estrany, la utilització d'un desfibril·lador semiautomàtic (DEA) o les pautes a seguir davant un cop al cap i altres situacions freqüents de la infància. Dirigit a totes les persones interessades a aprendre les primeres mesures d'auxili en cas d'accident infantil. Impartit per Yurena Aleman Hernandez i Laura Orsola (Cap Vila Olímpica).

TALLER ADOLESCÈNCIA, MALESTAR EMOCIONAL I ASSETJAMENT ESCOLAR

N G

A partir del 25.11.2024 >
Dilluns, de 16 a 17.30 h
Teatre
Gratuït (4 sessions)

Activitat grupal dirigida a familiars amb l'objectiu de promoure espais d'accions educatives i formatives. En aquest taller es pretén crear un espai vivencial per reflexionar sobre el fenomen de l'assetjament escolar, i afavorir el treball de competències personal de cada membre del nucli familiar. El desenvolupament d'aquestes competències afavoreix la promoció del benestar i resolució de diferents situacions de conflictes produïdes a l'entorn escolar entre iguals. Impartit per Maria Cedrán (Fundació Joia).

CREIXEMENT PERSONAL

MINDFULNESS A LA NATURA. COLLSEROLA

Dissabte 26 d'octubre, de 10 a 14 h >
Exterior
17,95€ (1 sessió)

Et ve de gust deixar-te envoltar per l'atmosfera de la natura i el bosc? El Shinrin-yoku (bany de bosc en japonès) és una pràctica que consisteix a passejar pel bosc d'una manera meditativa i pausada. Posant atenció a l'olor de les plantes, escoltant els sons dels animals i l'aire colpejant les fulles, observant els colors, tocant les diferents textures... La natura és un entorn privilegiat per la pràctica de la consciència plena, ja que ens permet connectar amb el moment present. Farem una ruta caminant per Collserola alternant moments d'atenció plena, de silenci i una meditació connectant amb l'entorn. Per fer el recorregut, és necessari un mínim de forma física (Distància: 8,5km. Dificultat mitja-desnivell 237m). - Cal portar roba i calçat còmode, aigua, alguna cosa per esmorzar i una manta o tovalloia per la meditació. Impartit per Laura Casas.

MINDFULNESS, VIU EL PRESENT I TROBA EL TEU BENESTAR

A partir de l'01.10.2024 >
Dimarts, de 18.30 a 20 h
Sala Nova
60,60€ (9 sessions)

Diu un proverbi xinès que no pots evitar que els ocells de la preocupació volin sobre el teu cap, però si pots evitar que facin niu en ell. La pràctica de mindfulness és un entrenament mental que ens permet viure més plenament el moment present. Té a veure amb no confondre els nostres pensaments amb la realitat evitant, per tant, quedar-nos atrapats en les tempestes emocionals que això pot ocasionar. Un canvi d'actitud i la relació que establim amb les nostres circumstàncies, és vital per la nostra salut i el nostre benestar. Obtindràs un recull de recursos per integrar mindfulness a la vida quotidiana, reduir l'estrès i alleugerir càrregues emocionals per tal d'afrontar els reptes que el dia a dia ens planteja. Es tracta d'un taller experiencial amb un espai a cada sessió per la pràctica (diferents tipus de meditació) i un espai d'explicacions i d'exploració en grup dels temes i la metodologia a aplicar. Impartit per Laura Casas.

CREIXEMENT PERSONAL

DIÀLEGS AMB LA FILOSOFIA G

A partir del 26.09.2024 >
El 17 d'octubre no hi haurà classe
Dijous, de 18 a 19.30 h
Aula 4
Gratuït (9 sessions)

Un curs d'iniciació a la filosofia adreçat a un públic ampli, sense coneixements previs de filosofia; un públic, però, sensible al saber. L'objectiu d'aquest curs és a partir d'aspectes de la vida ordinària, anar arribant a alguns dels temes centrals i problemàtics de la filosofia. Els cinc diàlegs amb la filosofia pretenen sacsejar la nostra consciència, obrir esquerdes en les nostres certeses quotidianes que sovint amaguen seguretats problemàtiques que hi ha darrere de moltes de les nostres conviccions.

En aquest trimestre ens centrarem en cinc diàlegs: 1. Aproximació a la filosofia. El desig de coneixement. 2. Què ens fa humans? Entre els animals no humans i la intel·ligència artificial. 3. La fragilitat de la convivència. 4. Reflexions entorn de la ciència i la tecnologia. 5. La responsabilitat de transmetre els tresors del passat. Impartit per Manel Codina.

CUINA

CUINA DE TEMPORADA

A partir del 03.10.2024 >
El 17 d'octubre no hi haurà classe
Dijous, de 18.30 a 20.30 h
Cuina
71,83€ + 20€ material (8 sessions)

Si t'agrada la cuina i vols aprendre plats gastronòmics d'aquí i d'allà, adaptant els ingredients que tenim a l'abast als nostres mercats, aquest és el teu taller! Amb les propostes cuinades farem un petit tastet per sopar. Cal portar davantal, drap i cabells recollits. Impartit per: Carmeta Comas (Escola de Cuinetes).

STREET FOOD DEL MÓN

A partir del 23.10.2024 >
Dimecres, de 18.30 a 20.30 h
Cuina
26,93€ + 16€ material (3 sessions)

Continuarem viatjant pel món preparant i tastant el menjar popular més deliciós de diferents països. Prepararem delicioses humitas xilenes, i prepararem el mote con huesillo, una beguda dolça a base de fruita i blat. Ens endinsarem en el meravellós món de les espècies i prepararem pakoras pakistaneses, amb la seva salsa refrescant a base de iogurt. I farem unes hamburgueses veganes ben gustoses, que acompanyarem amb tots els seus complementos, inclosa una maionesa casolana. No cal haver assistit al curs anterior per participar d'aquest i les receptes seran 100% vegetals. Recomanem portar carmanyola i, opcionalment, davantal. Impartit per Zero Waste Bcn.

IDIOMES

CLUB DE LECTURA EN ANGLÈS: AROUND THE WORLD IN 9 STORIES

A partir del 25.09.2024 >
Dimecres, de 19 a 20.30 h
Aula 4
60,60€ (9 sessions)

T'oferim un espai on gaudir una estona xerrant en anglès a partir de la lectura de relats curts d'autors de parla anglesa. A cada sessió es recomana un relat per llegir a casa i comentar la setmana següent. Impartit per Ariane Amarantinis.

CONVERSA EN ANGLÈS

A partir de l'01.10.2024 >
INICIACIÓ: dimarts, de 9.30 a 11 h
INTERMEDI: dimarts, d'11.15 a 12.45 h
Aula 4
60,60€ (9 sessions)

Un espai i un temps per poder parlar de temes diversos i, tot conversant, anar millorant el nostre nivell d'anglès. Per fer el taller d'iniciació s'han de tenir coneixements bàsics de conversa en anglès. Impartit per Ariane Amarantinis.

JOVES

DANSA URBANA G

A partir del 30.09.2024 >
Dilluns, de 17.30 a 19 h
Sala de conferències
Gratuït (9 sessions)

Una aproximació a la dansa urbana i estils com el break, el popping o el hip-hop. A través del ball coneixem la cultura de la dansa urbana, els seus orígens, les seves tècniques i estils, mentre millorem els nostres moviments. Per a joves de 12 a 20 anys. Impartit per Leire González.

MÚSICA

GUIARRA INICIACIÓ

A partir del 30.09.2024 >
Dilluns, de 18.15 a 19.45 h
Aula 3
60,60€ (9 sessions)

Cal portar instrument i llibreta d'apunts. Taller on es treballaran conceptes com la tècnica, harmonia i l'execució de peces musicals. Adequat per a guitarra clàssica/espanyola o acústica. Impartit per Damian Dichi.

UKELELE

A partir del 30.09.2024 >
Dilluns, de 19.45 a 21.15 h
Aula 3
60,60€ (9 sessions)

Cal portar ukelele, llibreta d'apunts i afinador (opcional). L'ukelele és una guitarreta de quatre cordes, originària de Hawaii. Discreta però de gran bellesa sonora i molt versàtil, el seu preu assequible i la mida petita el fan ideal per aprendre ritmes, acords i repertori de cançons. Impartit per Damian Dichi.

TALLERS FAMILIARS

CERÀMICA EN FAMÍLIA

A partir del 26.09.2024 >
El 17 d'octubre no hi haurà classe
Dijous, de 17.30 a 19 h
Taller 2
73,67€ + 15€ material per persona (9 sessions)

Mitjançant el fang explorarem la nostra creativitat en família! Adreçat a totes les famílies que vulguin compartir un espai de joc, d'aprenentatge i d'experimentació a través de la ceràmica. El preu de la inscripció inclou un adult i un infant. Edat recomanada: A partir de 5 anys. Impartit per Alma Esteban.

IOGA POSTPART AMB NADONS

A partir del 27.09.2024 >
El 18 d'octubre no hi haurà classe
Divendres, de 12 a 13 h
Sala Nova
49,11€ (9 sessions)

L'objectiu d'aquest taller és la cura integral de la mare que ha donat a llum. És un espai per a tu compartit amb el teu nadó. Per cuidar del teu cos, de les teves emocions i per construir un vincle saludable amb el nadó a través de la confiança en tu mateixa. A les classes practicaràs postures, respiracions i meditacions amb el teu fill o filla. Es recomana començar a partir que el nadó té dos mesos fins a l'any. Impartit per Carmen Chito.

TALLERS FAMILIARS

SENSIBILITZACIÓ MUSICAL I EXPRESSIVA PER A NADONS

A partir del 27.09.2024 >
El 18 d'octubre no hi haurà classe
De 5 mesos a 1 any
GRUP A: divendres, de 16.15 a 17.15 h.
De 1 a 3 anys
GRUP B: divendres, de 17.15 a 18.15 h
De 3 a 5 anys
GRUP C: divendres, de 18.15 a 19.15 h
Sala Nova
49,11€ (9 sessions)

La música és el primer llenguatge dels infants. En aquestes sessions utilitzem la cançó com a eix principal per despertar la seva curiositat i promoure el desenvolupament de les seves capacitats. Fem servir diferents activitats, instruments i materials amb l'objectiu d'apropar els infants al món sonor. Les sessions també ajuden a enfortir el vincle entre l'infant i l'adult. El preu de la inscripció inclou un adult i un infant. Impartit per una professora de l'Escola Virginia Blanch.

TALLERS PER A INFANTS

GUIARRA PER A INFANTS

A partir del 30.09.24 >
Dilluns, de 17.15 a 18.15 h
Aula 3
30,92€ (9 sessions)

Cal portar instrument, llibreta i tenir coneixements bàsics de l'instrument.

El mètode que utilitzem és divertit i tan eficaç que et permet tocar des del primer dia. Pels que comencen veurem els primers acords, exercicis fàcils de digitació i com executar ritmes amb el nostre instrument. Tot això aplicant-ho després a cançons. Els del grup intermedi mitjançant un cançoner clàssic i modern aprendrem l'estructura bàsica d'un blues, acords, trucs i escales per improvisar. Per a infants a partir de 8 anys. Impartit per Damian Dichi.

CALENDARI SETMANAL

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES
	09.30 h Conversa en anglès - iniciació	09.30 h Txi kung - Grup B
	11.15 h Conversa en anglès - intermedi	10.40 h Pilates matí
16.00 h Gestió intrafamiliar	17.00 h Patchwork	18.30 h Remeis amb plantes
16.00 h Taller adolescència	17.30 h Aquarel·la introducció	18.30 h Street food del món
16.30 h Alimentació i al·lèrgies	17.30 h Zumba	18.45 h Tai-txí
17.00 h Pilates tarda	18.30 h Mindfulness benestar	19.00 h Club lectura en anglès
17.15 h Guitarra per a infants	18.45 h Txi kung - Grup A	19.45 h Dansa contemporània
17.30 h Dansa urbana	19.00 h Acrílic	20.00 h Balls de saló avançat
18.00 h Brodar creatiu	19.00 h Improvissació teatral	
18.15 h Guitarra iniciació	19.45 h Anem al teatre!	
18.30 h Ceràmica avançat	20.00 h Balls de saló intermedi	
19.00 h Joc teatral	20.30 h Moviment conscient	
19.45 h Ukelele		

CURSOS I TALLERS

DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
09.30 h Hipopilates	12.00 h loga postpart amb nadons	10.00 h Mindfulness natura
10.45 h loguilates	13.00 h loga embarassades Grup 1	
	13.00 h loga embarassades Grup 2	
16.00 h Esquena sense dolor	16.15 h Sensibilització musical per nadons - Grup A	
16.30 h Primers auxilis infants	17.15 h Sensibilització musical per nadons - Grup B	
17.15 h loga	18.15 h Sensibilització musical per nadons - Grup C	
17.30 h Ceràmica en família	19.15 h Playback i risoteràpia	
17.30 h Masterclass de hip-hop		
18.00 h Diàlegs amb la filosofia		
18.30 h Cuina de temporada		
18.30 h Palestina a escena		
19.00 h Ceràmica iniciació		
19.30 h Masterclass de repartó		

INFORMACIÓ DELS TALLERS

Dates d'inscripció:
del 9 al 13 de setembre de 2024

Com fer les inscripcions

1/ En línia a través del nostre web www.cccanfelipa.cat. Els col·lectius amb preus reduïts ja poden fer les inscripcions en línia! Important: un cop pagat el curs, s'haurà de presentar presencialment al centre cívic la documentació requerida.

El menors d'edat han de fer la inscripció presencialment.

2/ De manera presencial a la secretaria del centre cívic Can Felipa, segona planta. De dilluns a divendres, matins de 10 a 14 h i tardes de 17 a 20 h. Documentació necessària:

Adults:

Totes les dades personals: nom, cognoms, data de naixement, DNI, adreça, població, codi postal, telèfon, e-mail.

Menors de 18 anys:

- Dades personals del menor.
- Fotocòpia DNI pare, mare o tutor/a.
- Fotocòpia DNI del menor o del llibre de família.
- Fitxa d'inscripció als tallers que proporciona el centre cívic, signada pel pare, mare o tutor/a.

Forma de pagament

1/ Targeta de crèdit.

2/ Ingrés bancari. La inscripció no es considerarà formalitzada fins que no es porti el resguard del pagament bancari, en un termini màxim de dos dies. En cas que la persona inscrita no hagi formalitzat la inscripció dins el termini, la plaça quedarà vacant.

Normativa

- La matriculació dels tallers intensius es podrà fer fins una setmana abans del seu inici.
- El centre cívic es reserva el dret de suspendre algun taller que no hagi assolit un mínim de participants. Per reclamar la devolució dels tallers anul·lats es disposa de 15 dies, passat aquest termini no es farà cap devolució.
- Un cop iniciats els tallers no es retornaran els diners, exceptuant aquells casos en els quals la persona inscrita aporti un justificant mèdic que acrediti que no pot realitzar el taller, de canvi de torn laboral o que es solapa amb estudis oficials.
- Es poden beneficiar de reduccions de les tarifes, les persones que puguin acreditar una discapacitat o bé les persones en situació d'atur residents a Barcelona. **La inscripció s'haurà de fer presencialment al centre i aportar la documentació necessària.** Si ets una persona usuària amb mobilitat reduïda o diversitat funcional i vols apuntar-te a un taller, posa't en contacte amb nosaltres: administracio@cccanfelipa.cat
- Els menors de 18 anys han de formalitzar una fitxa d'inscripció específica per a ells signada pel pare, mare o tutor/a.
- Els tallers que tenen un cost addicional per material es pagarà a la 1a sessió de classe.
- Cada persona podrà fer un màxim de tres inscripcions inclosa la seva.
- Podeu consultar el programa dels cursos a www.cccanfelipa.cat.

ENTITATS I GRUPS ESTABLES

ALBA LACTÀNCIA MATERNA

Dimecres, de 16.30 a 18.30 h.
(Des de 13 de setembre al 19 de juny, excepte festius i festius escolars).
www.albalactanciamaterna.org

ASOCIACIÓN MADRES CONTRA EL RACISMO

www.madrescontraelracismo.org
ambhin.asociacion@gmail.com

AMICS DE LA BALDUFA

3r dimecres de cada mes de 19 a 21 h.
www.baldufa.com

ASSOCIACIÓ CATALANA DE LA SÍNDROME DE RETT

www.rett.cat

ASSOCIACIÓ CATALANA DE MUSICOTERÀPIA

www.acmt83-07.com

ASSOCIACIÓ ESCENA POBLENOU

www.escenapoblenou.com
info@escenapoblenou.com

AULA ENDAVANT SANT MARTÍ

Dimarts de 17 a 19 h de setembre a juny.
Dijous de 10 a 12 h de setembre a desembre.
aulasantmarti@hotmail.com

APROPEM-NOS

Pla d'Acol·lida Poblenou

- Punt d'acollida:
Atenció presencial - dilluns i dimecres de 16.30 a 19 h.
Atenció a distància - dimarts, dimecres i dijous de 10 a 13 h i de 16.30 a 18.30 h.
T/670 670 865
acollida@apropem-nos.org
- Acompanyament jurídic i servei d'estrangeria: amb cita prèvia: de 17 a 19 h.
- Classes castellà i català informació:
dimarts de 17 a 19 h.
T/615 133 437

ATOTAIXODANSA

Dijous, de 19.30 a 21.30 h.
atotaixodansa@gmail.com

BARCELONA ESTELS CLUB

<http://barcelonaestels.wix.com/estels->

EDUCATPLUS

educatplusa@gmail.com

FESTES DE POBLENOU "FEM MAIG"

www.femmaig.cat

FUNDACIÓ JOIA

www.fundaciojoia.org/ca/
joia@fundaciojoia.org

ORQUESTRA AMICS DE LA MÚSICA

Dilluns, de 19 a 21 h.

PENYA CICLISTA POBLENOU

Dimarts, de 19 a 21 h.

PUNT AQUÍ T'ESCOLTEM

Tallers i activitats grupals per a joves:
canfelipa_aquitescoltem@bcn.cat
(WhatsApp) 660 632 359
Atenció individual i confidencial:
consulta_aquitescoltem@bcn.cat
(WhatsApp) 648 563 638

PUNTAIRES DEL CENTRE CÍVIC DE CAN FELIPA

Dimarts i divendres, de 17 a 21 h.

Centre Cívic Can Felipa

Pl. de Josep Maria Huertas Claveria, 1

Barcelona

932 563 840

barcelona.cat/cccanfelipa

