

---

Centre Cívic La Sedeta

---

# AGENDA D'ACTIVITATS

---

Setembre - desembre 2021

---

La Sedeta



Ajuntament de  
Barcelona



---

---

**ÍNDEX**

---

---

---

---

**AGENDA D'ACTIVITATS**

---

---

---

---

**JORNADA EXPERIÈNCIES USOS DEL TEMPS** 4

---

---

---

**CINEMA** 4

---

Festival In-Edit ..... 4

Pantalla Barcelona Tardor ..... 6

---

---

**ESPECTACLES I ACTIVITATS FAMILIARS.....** 6

---

Petit Cineclub ..... 6

Espectacle del Barcelona Districte Cultural ..... 6

8è Teatre Drets Humans ..... 7

Dau Barcelona 10è Festival Joc ..... 8

---

---

**RACÓ POÈTIC DE LA SEDETA** 8

---

---

---

**ESPECTACLE DE DANSA** 8

---

---

---

**CAPITALITAT MUNDIAL ALIMENTACIÓ SOSTENIBLE** 9

---

---

---

**6È CICLE GRÀCIA RIU** 11

---

---

---

**XXVIII SETMANA CULTURAL GRÀCIA AMB LA MEDITERRÀNIA** 12

---

---

---

**MÚSICA A LA SEDETA** 13

---

XVIII Cicle aperitius musicals ..... 13

Cicle concerts Coordinadora rock ..... 15

Festival Sonamos Latinoamèrica ..... 15

Festival LEM ..... 16

Concerts de la JOSB ..... 16

XX Festival Al Ras ..... 16

Concert Barcelona Districte Cultural ..... 17

DMJ Gràcia ..... 18

Concert Jin-Pa refugiats tibetans a l'Índia ..... 18

---

---

**TEATRE** 18

---

---

---

**FESTES POPULARS** 19

---

Castanyada ..... 19

Caga Tió ..... 19

---

---

**EXPOSICIONS A LA SEDETA** 20

---

---

---

**TALLERS CULTURALS PER A TOTHOM** 22

---

---

---

**INFÀNCIA: SERVEIS I ACTIVITATS** 23

---

---

---

**JOVES: SERVEIS I ACTIVITATS** 25

---

---

---

**GENT GRAN** 27

---

Activitats lúdiques, culturals i socials ..... 27

Serveis de Gent Gran ..... 30

Tallers per a la gent gran ..... 31

El Centre Cívic La Sedeta és un equipament sociocultural del barri del Camp d'en Grassot, que ofereix serveis i una programació cultural a la població de totes les edats: infants, joves, adults i gent gran. També col·laborem amb tots els actors socials i culturals per afavorir una major participació ciutadana i contribuir a la cohesió social del territori.

El centre disposa de bar, sala d'actes, aules-tallers i altres espais per fer-hi activitats cíviques, associatives, lúdiques i culturals.

**Horari: de dilluns a divendres de 8.30 a 22 h.**

**Tel. 934 591 228 / 932 073 703**

[barcelona.cat/cclasedeta](http://barcelona.cat/cclasedeta)  
[ccsedeta@bcn.cat](mailto:ccsedeta@bcn.cat)

Metro: L4 Joanic  
L2 i L5 Sagrada Família

Bus: H8, 47, 114 i N4

---

## AGENDA D'ACTIVITATS

---

---

### JORNADA

---

---

#### PRESENTACIÓ D'EXPERIÈNCIES DE BONES PRÀCTIQUES EN USOS DEL TEMPS A CÀRREC DE DIFERENTS ENTITATS

---

**Dimecres 29 de setembre, de 18 a 20 h**

Aquesta presentació forma part de l'exposició Pactes sobre el Temps, que es va fer al Centre Cívic La Sedeta la segona quinzena de juliol.

Entrada gratuïta.

Inscripció prèvia al web del centre, trucant als telèfons 93 207 37 03 / 93 459 12 28 o presencialment al centre.

Organitza: Direcció de Serveis de Gènere i Polítiques del Temps

Col·labora: Centre Cívic La Sedeta

---

### CINEMA

---

---

#### FESTIVAL IN-EDIT A LA SEDETA. CINE DOCUMENTAL MUSICAL

---

**Dijous 7 d'octubre, a les 19 h**

---

#### THE RISE OF THE SYNTHS

**Iván Castell / Spain, USA / 2019 / 90 min**

*The Rise Of The Synths* és un viatge en el temps cap a les arrels d'una escena musical coneguda com Synthwave (també Outrun o Retrowave), una mescla de música electrònica moderna amb la nostàlgia per la cultura pop dels vuitanta, les bandes sonores de pel·lícules, sèries i videojocs d'aquesta dècada. Dirigida per Iván Castell i narrada per l'icònic John Carpenter, màxim referent dels compositors de l'escena, *The Rise Of The Synths* projecta una mescla de nostàlgia i música, de processos creatius i de referències culturals, de reapropiació i de creació legítima. És el synthwave un revival passatger o un fenomen cultural en creixement?



Entrada gratuïta.

Inscripció prèvia al web del centre a partir del 20 de setembre, trucant als telèfons 93 207 37 03 / 93 459 12 28 o presencialment al centre.

**Dimarts 16 de novembre, a les 19 h**

---

#### PULP: A FILM ABOUT LIFE, DEATH AND SUPERMARKETS

**Florian Habicht / UK / 2014 / 90 min**

Meravellós homenatge a la banda Pulp, un dels grups fonamentals del pop dels noranta, que ens porta al darrer concert que van fer a Sheffield, la seva ciutat natal, i reflecteix la relació de la banda amb aquesta ciutat de gent normal. I és la mateixa *common people* la que parla de la banda i la defineix. No hi ha dades biogràfiques, ni informació detallada de la seva discografia ni anotacions melòmanes; només vivències, sensacions i anècdotes àcides i hilarants. El film també ens mostra la normalitat d'una banda que reivindica, amb un deliciós humor britànic, la necessitat d'acceptar les nostres vides i d'intentar ser feliços en la mediocritat.



Entrada gratuïta.

Inscripció prèvia al web del centre a partir de l'1 de novembre, trucant als telèfons 93 207 37 03 / 93 459 12 28 o presencialment al centre.

**Dimarts 14 de desembre, a les 19 h**

---

#### REVOLUCIÓ SONORA: CASES DE LA MÚSICA

**Marc Barceló / España / 2019 / 56 min**

Una visió completa de la tasca pedagògica i social d'un projecte en xarxa pioner a Europa que, des de centres repartits per cinc ciutats de Catalunya, apropa la música als petits i als joves i dona suport a la creació i difusió de grups no professionals. El treball recorre els seus diferents centres de creació, on se'ns mostren diverses de les seves iniciatives. Des de tallers a escoles consistents a crear una banda de rock des de zero, fins a una incubadora que cada any assessora una banda resident, passant per activitats concebudes per joves amb discapacitats funcionals o intel·lectuals, concerts per a nens petits o una big band junior de música negra.



Entrada gratuïta.

Inscripció prèvia al web del centre a partir de l'1 de desembre, trucant als telèfons 93 207 37 03 / 93 459 12 28 o presencialment al centre.

Organitza: ICUB (Institut de Cultura de Barcelona) i Centre Cívic La Sedeta

---

## PANTALLA BARCELONA. BARCELONA FILM COMMISSION. PROGRAMACIÓ DE TARDOR

---

**26 d'octubre, 23 de novembre i 21 de desembre**

Programació a determinar. Més informació al web del centre.

Entrada gratuïta.

Inscripció prèvia al web del centre, trucant als telèfons 93 207 37 03 / 93 459 12 28 o presencialment al centre.

Organitza: ICUB i Centre Cívic La Sedeta

---

## ESPECTACLES I ACTIVITATS INFANTILS

---

### CINEMA INFANTIL

---

**6 d'octubre, 17 de novembre i 22 de desembre**

#### Petit Cineclub

Programació a determinar. Més informació al web del centre.

Entrada gratuïta.

Inscripció prèvia al web del centre, trucant als telèfons 93 207 37 03 / 93 459 12 28 o presencialment al centre.

Organitza: ICUB i Centre Cívic La Sedeta

---

## ESPECTACLES FAMILIARS

---

**Dimecres 20 d'octubre, a les 18 h**

**"El jardí secret", a càrrec de la Cia. Lali BeGood**

La creadora del kindie rock, **Lali BeGood**, arriba per presentar-nos les noves cançons del seu disc, *El jardí secret*. Aquest jardí està regat d'estils tan diversos com funky, el reggae, l'ska, el rock, el folk, la ranc-hera o el dixieland i posa el focus en les vivències interiors i les emocions.



Els nous temes parlen d'aquelles coses que ens passen per dins, en aquest 'jardí secret' que cadascú té a l'interior i que cal guardar com un tresor. Com sempre, la Lali vol tocar i fer ballar tots els nens i nenes, incloent-hi els que els adults porten dins tota la vida. I per fer-ho, ens regala cançons optimistes amb lletres intel·ligents que parlen de coses com la importància d'equivocar-se, l'aquí i l'ara, la gestió de les emocions, la grandesa de l'amor, el materialisme, etc. Històries quotidianes plenes de ritme, humor i bones vibracions.

**Espectacle del Barcelona Districte Cultural.**

Entrada gratuïta.

Inscripció prèvia al web del centre a partir del 4 d'octubre, trucant als telèfons 93 207 37 03 / 93 459 12 28 o presencialment al centre.

Organitza: ICUB i Centre Cívic La Sedeta

---

## TEATRE FAMILIAR.

### 8È PROJECTE DRETS HUMANS, FAMÍLIA I BARRI

---

**Dimecres 10 de novembre, a les 17.30 h**

**"FRANK EINSTEIN El Hijo de Albert"**, teatre infantil amb valors a càrrec de la companyia **Comediarte**.

Sinopsi: el fill del famós científic, Albert Einstein, ha crescut obsessionat amb superar al seu pare. Al dir-se Frank, es pensa que és el Dr. Frankenstein i decideix crear un monstre, amb el suport de Lucy i Igor, per regalar-s'ho a la princesa Chispita i intentar conquerir el seu cor.



L'obra toca valors com la integració, la diversitat, la igualtat de gènere, el racisme i la discriminació. Teatre infantil de terror, amb molt humor, per desmuntar arguments racistes, xenòfobs i masclistes d'una manera divertida, sutil i apta per a grans i petits. L'obra proposa a l'espectador el valor de la inclusió social, el treball en equip i l'autoestima.

**Espectacle recomanat per a infants de 4 a 10 anys**

Entrada gratuïta

Inscripció prèvia al web del centre, trucant als telèfons 932 073 703 / 934 591 228 o presencialment al centre.

Organitza: Associació per a les Nacions Unides amb el suport de la Regidoria de Drets Civils de l'Ajuntament de Barcelona

Col·labora: Centre Cívic La Sedeta

---

## DAU BARCELONA. 9È FESTIVAL DEL JOC. EL DAU ALS BARRIS

---

**Dimarts 9 de novembre, de 17 a 21 h**

Vina a jugar a la Sala d'actes del centre cívic!

Entrada gratuïta

Inscripció prèvia al web del centre, trucant als telèfons 932 073 703 / 934 591 228 o presencialment al centre

Organitza: ICUB

Col·labora: Centre Cívic La Sedeta

---

## POESÍA

---

**Dimarts 5 d'octubre, a les 19 h**

**“Racó poètic a La Sedeta”**

Recital de poemes a càrrec de les poetes **Eulàlia Framis**, **Pepa Rubio**, **Dolors Dilmé** i **Maria Dolors Peitíví**, i els rapsodes **Carme Pomà** i **Amancio de La Morena**, amb l'acompanyament musical de la cantautora **Mariona Martin** (veu i guitarra). Presenta l'acte el rapsoda **Amancio de la Morena**.

Entrada gratuïta

Inscripció prèvia al web del centre, trucant als telèfons 932 073 703 / 934 591 228 o presencialment al centre.

Organitza: Centre Cívic La Sedeta

---

## DANSA

---

**Divendres 12 de novembre, a les 20 h**

**“Entrañas con patatas y guarnición”, a càrrec de la Cia. Losin-FormAlls**

Una història d'amor entre Luis i Pere, dos éssers units pel vincle de l'amistat que han decidit transitar la por a través de l'exploració del ridícul i la total exposició de tot el que la seva identitat conforma. Una proposta atrevida



que es porta a terme a través del joc, el moviment, la veu, la regressió a la infància i el poder del riure, sent aquest últim un motor per elevar el dolor al mateix nivell i abraçar l'acceptació des d'un punt de no retorn.

**Espectacle del Barcelona Districte Cultural.**

Entrada gratuïta.

Inscripció prèvia al web del centre a partir del 27 d'octubre, trucant als telèfons 93 207 37 03 / 93 459 12 28 o presencialment al centre.

---

## BARCELONA CAPITALITAT MUNDIAL DE L'ALIMENTACIÓ SOSTENIBLE. PROGRAMACIÓ A LA SEDETA

---

**Del 18 al 28 d'octubre**

---

### CICLE DE XERRADES “SALUT I ALIMENTACIÓ”

---

**Dilluns 18 d'octubre, a les 19 h**

**“Taller sobre traçabilitat i etiquetatge dels productes alimentaris”**

A càrrec de la **Dra. Carmen Ferrer**, Llicenciada en Farmàcia i professora de la Facultat de Ciències de la Salut Blanquerna.

Es realitzaran activitats que permetin interpretar adequadament l'etiquetat dels productes alimentaris amb l'objectiu de saber analitzar la informació que ens proporcionen les etiquetes, els ingredients que contenen, la seva procedència, la caducitat o el consum preferent, etc., així com saber identificar i interpretar la informació nutricional que incorporen gran part dels productes alimentaris que consumim.

Activitat gratuïta

Cal inscripció prèvia a partir del 4 d'octubre, a les 9 h, a [informacio@cclasedeta.cat](mailto:informacio@cclasedeta.cat) o contactant als telèfons 93 207 37 03 / 93 45912 28

Organitza: Centre Cívic La Sedeta

Col·labora: Associació de Veïns i Amics del Passeig Sant Joan i Facultat de Ciències de la Salut Blanquerna

---

**Dijous 21 d'octubre, a les 19 h**

---

### “Estratègies Aprofitaires”. Taller participatiu

A càrrec de **Marta Solans** i **Caro Zerpa**, de Cuchara, entitat del Poblet d'agitació alimentària.

Si menjar és un acte polític, les estratègies entorn a l'aprofitament alimentari són una forma d'activisme de base: de contacte amb la terra i la producció d'allò que mengem, de qüestionament entorn a la distribució alimentària i de visibilització de les cures.

Amb aquesta activitat, des de Cuchara us proposem fer-nos preguntes, lligar caps i, sobretot, tocar aliments, posant-los en valor a ells i als altres éssers involucrats en tot el seu cicle.

Activitat gratuïta.

Cal inscripció prèvia a partir del 4 d'octubre, a les 9 h, a [informacio@cclasedeta.cat](mailto:informacio@cclasedeta.cat) o contactant als telèfons 93 207 37 03 / 93 45912 28

---

## CINEMA

---

**Dijous 28 d'octubre, a les 19.30 h**

---

### Una conversa sobre el menjar i la ciutat. Projectió documental i taula rodona

A càrrec del grup de recerca **Habitar de la UPC**

El menjar té una gran presència al carrer i desencadena nombroses accions en l'espai públic. És actualment urbanisme i urbanitat, i el vehicle més clar per a relacionar l'espai privat amb l'espai públic. Una manera de prendre el pols a la ciutat. El curtmetratge “Una conversa sobre el menjar i la ciutat” recull una conversa al voltant d'una taula en la que els comensals (arquitectes, periodistes, geògrafs, politòlegs i antropòlegs) comparteixen la seva percepció sobre aquest fenomen urbà. Parlarem de la llarga tradició de la presència dels aliments i del menjar a Barcelona i veurem com aquesta s'ha transformat durant els darrers anys.



Activitat gratuïta.

Cal inscripció prèvia a partir del 4 d'octubre, a les 9 h, a [informacio@cclasedeta.cat](mailto:informacio@cclasedeta.cat) o contactant als telèfons 93 207 37 03 / 93 45912 28

---

---

## JORNADA

---

**Dissabte 23 d'octubre, d'11 a 14 h, a la plaça La Sedeta**

---

### “Cuidem del planeta: reaprofitem!”

Jornada inspiradora a l'entorn de l'alimentació i les cures, per replan-tejar-nos els nostres costums, conèixer altres alternatives properes, gaudir de tallers, explicacions, presentacions, debats i molt més.

Activitats relacionades amb la presentació de la Guia com fer àpats d'aprofitament, que dedica una part a les tècniques per conservar aliments i una altra a la dimensió més social i comunitària de l'alimentació; presentació del Podcast de Radio La caníbal, amb la presència de les cooperatives, grups i projectes que hi participen; espai d'intercanvi d'experiències i interrelacions, espigolada pels supermercats del barri i un dinar comunitari (si la situació Covid ho permet).

Activitat gratuïta.

Cal inscripció prèvia a partir del 4 d'octubre, a les 9 h, a [informacio@cclasedeta.cat](mailto:informacio@cclasedeta.cat) o contactant als telèfons 93 207 37 03 / 93 45912 28

Organitza: Aula Ambiental Sagrada Família, Espai Ambiental Coop, Fabric, Cuchara, Pla Comunitari Sagrada Família, Casal de Barri Espai 210, Ateneu El Poblet, Associació de Veïns i Amics del Passeig Sant Joan, La caníbal, Centre Cívic Sagrada Família i Centre Cívic La Sedeta.

Més informació sobre totes les activitats de la Capitalitat Alimentària al programa específic.

---

## HUMOR

---

CICLE GRÀCIA RIU A LA SEDETA, 6A EDICIÓ.  
PROGRAMA D'HUMOR ALS EQUIPAMENTS  
DE PROXIMITAT DEL DISTRICTE DE GRÀCIA

---

**Dimecres 27 d'octubre**

---

- **18 h “Pinzellades d'humor teatral”**, representació de peces curtes a càrrec de les companyies **Vada Retro Teatre** i **Dinàmics Teatre**.

- **20.30 h Concert de Txus Blues & César Canut**

**Txus Blues** (veu, harmònica, ukelele i guitarra acústica) i **César Canut** (guitarra i cors)

---

Amb un estil propi i genuí, aquest duo de recent creació reconverteix qualsevol cançó, sigui d'un estil o d'un altre, a un format que parteix del blues acústic. Les seves lletres, plenes d'ironia i de sentit de l'humor, desperten les riallades del públic assistent.

Entrada gratuïta a les dues activitats.

Inscripció prèvia al web del centre, trucant als telèfons 93 207 37 03 / 93 459 12 28 o presencialment al centre.

Organitza: Centre Cívic La Sedeta i Districte de Gràcia

---

## SOLIDARITAT

---

### XXVIII SETMANA CULTURAL GRÀCIA AMB LA MEDITERRÀNIA.

‘Situació actual de les polítiques a la Mediterrània: canvi climàtic, energia, aigua, alimentació, habitatge, educació, feina...’

---

#### Del 19 al 28 de novembre

---

La idea inicial de la Setmana Cultural de l'any 2020 era fer un balanç crític del 25è aniversari de la Primera Conferència Euro-mediterrània, que va tenir lloc a Barcelona l'any 1995, i també de la Trobada Alternativa que es celebrà en paral·lel, organitzada pel teixit associatiu, solidari i per la pau. La irrupció de la pandèmia de la COVID 19 va fer inviable dur a terme aquest debat ciutadà, donat el confinament inicial i les mesures sanitàries de distanciament físic establertes per intentar aturar la pandèmia. Mesures que s'han perllongat durant l'any 2021.

Aquesta situació mundial ha fet palesa les mancances d'un sistema que ha prioritzat el guany econòmic dels grups de poder, privatitzant serveis amb el conseqüent desmantellament de la sanitat pública, que afecta de forma molt especial la població amb menys recursos econòmics. Aquesta crisi sanitària també ha posat de relleu altres qüestions globals que cal prioritzar per garantir el dret universal als recursos bàsics vitals i una conseqüent política de salut pública comunitària: aigua, alimentació, habitatge, educació, canvi climàtic, energia...

Ens cal relligar les necessitats bàsiques, sobretot al Sud i a l'Est mediterrani, en tot allò que fa perillar la diversitat d'ecosistemes en temes de medi ambient. No podem prescindir d'aquesta interrelació necessària per abastar les problemàtiques i les estratègies a desenvolupar. No es pot imposar una agenda de transició econòmica i ambiental prescindint del moment en què es troben els diferents territoris i les grans diferències entre ells en el "consum" d'energia i de recursos, generació de residus i emissions contaminants.

---

Les activitats es faran al **Centre Cívic La Sedeta** (Sicília, 321), al **Centre Cívic El Coll-La Bruguera** (Aldea, 15), a l'**Espai Jove La Fontana** (Gran de Gràcia, 190-192), al **Centre de Cultura Popular La Violeta** (c/ Maspons, 6), a la **Biblioteca Jaume Fuster** (Pl. Lesseps, 20-22), a la **Biblioteca Vila de Gràcia** (Torrent de l'Olla, 104), a la **Llibreria La Caníbal** (Nàpols, 314) a **La Torna** (Sant Pere Màrtir, 37).

Tots les activitats són gratuïtes. Per a més informació, consulteu el programa específic.

Organitza: Districte de Gràcia i Sodepau, amb el suport de Cooperació Internacional i Justícia Global Ajuntament de Barcelona

Col·laboren: Agita't Gràcia, La Torna i Llibreria La caníbal.

---

## MÚSICA A LA SEDETA

---

### XVIII CICLE D'APERITIUS MUSICALS MATINALS A LA SEDETA

---

#### Dissabte 18 de setembre, a les 12.30 h

---

##### - Gustav Lundgren Trio

**Gustav Lundgren** (guitarra manouche solista), **Valentí Moya** (guitarra manouche rítmica) i **Oriol Gonzàlez** (contrabaix)

Gustav Lundgren (Estocolm) és un guitarrista de reconeixement mundial que crea la seva pròpia interpretació swing de la música, combinant elements dels mestres referents amb el seu so, línies i tècniques úniques.



El seu repertori i directe explosiu beu principalment d'estàndards de jazz manouche, afegint també arranjaments originals i composicions pròpies.

Estiguen molt atents als sons del nord!

#### Dissabte 2 d'octubre, a les 12.30 h

---

##### - Valentí Moya Trio

**Valentí Moya** (guitarra manouche solista), **Fran Asensio** (guitarra manouche rítmica) i **Oriol Gonzàlez** (contrabaix)



Valentí Moya Trio és una de les formacions de jazz manouche amb major tradició i recorregut al nostre

---

país. Formada per tres dels músics més representatius de l'estil a Catalunya, la formació compta amb el reconeixement de diferents crítics i discogràfiques especialitzades d'Europa.

VM Trio parteix de la sonoritat i el swing de Django Reinhardt, afegint arranjaments i composicions pròpies que aporten gran personalitat, originalitat i exclusivitat al seu repertori. El seu directe acústic, enèrgic i elegant, que s'adapta i arriba a diferents tipus de públic, està format per standards de l'estil, arranjaments i composicions pròpies i altres sorpreses que no deixaran indiferent a ningú.

**Dissabte 9 d'octubre, a les 12.30 h**

**- Ramiro Pinheiro Trio presenten a La Sedeta el seu projecte "Apenas Uma Mulher"**

**Ana Rossi** (veu), **Ramiro Pinheiro** (guitarra i veu) i **Àlvar Monfort** (trompeta i percussió)

Dins de l'univers de la Música Popular del Brasil, existeix un subgènere molt notable: cançons de dones, amb veu narrativa de dona en primera persona, i que estan escrites per homes.



'Apenas uma Mulher' (nom pres de la cançó Esse cara, de Caetano Veloso) recull aquesta perspectiva femenina present en la creació de grans cantautors brasilenys, i ens convida a viure la música i fer-nos preguntes. Caetano, Chico, Gil..., des d'una visió més moderna, crítica i poètica, i també Noel Rosa, Ary Barroso, com a retrat de la dona d'una època. Delicadament imprescindible.

**Dissabte 23 d'octubre, a les 12.30 h**

**- Caracara & Eva Verde presenten a La Sedeta "Ànimes Mediterrànies"**

**Eva Verde** (veu), **David A. Garcia** (guitarra i composició), **Oriol Català** (cello) i **Angelo Manhenzane** (percussió)



El grup Caracara, ara amb la cantant Eva Verde, presenta el seu segon treball "Ànimes mediterrànies", produït per David Mengual i editat per Temps Record. El nou treball es mou entre el jazz mediterrani i el World music i parla de l'amor i desde l'amor. El directe tindrà també el regust de la mediterranean samba del primer treball, "Obrigado", en el repertori.

Entrada gratuïta a tots els concerts

Inscripció prèvia al web del centre, trucant als telèfons 93 207 37 03 / 93 459 12 28 o presencialment al centre.

Organitza: Centre Cívic La Sedeta

---

## CICLE DE CONCERTS DE LA COORDINADORA D'ACTIVITATS DE GRUPS DE ROCK LA SEDETA

---

**17 i 22 de setembre, 24 i 30 de novembre  
i 3 de desembre, a les 20 h**

Grups a determinar.

Entrada gratuïta.

Inscripcions a: locals@sedetarock.com o trucant als telèfons 93 207 37 03 / 93 459 12 28 o presencialment al centre cívic.

---

## FESTIVAL SONAMOS LATINOAMÉRICA

---

**Divendres 1 d'octubre, a les 20 h**

**Actuació del grup Folkeando (música argentina)**

**Roberto Amerise** (guitarra), **Isabel Sciutto** (veu) i **Fernando Massino** (percussió)

La música que interpreta Folkeando beu de les arrels profundes de la música folklòrica argentina. La seva característica és la combinació d'arranjaments musicals amb l'ànima i el ritme de la música d'arrel argentina. Tot i que la música de cambra és una expressió que es refereix a la música clàssica, es podria dir que Folkeando interpreta música de cambra d'arrel folklòrica.

El virtuòs i refinat so de la guitarra de Roberto Amerise, els ritmes alhora tradicionals, melòdics i urbans de la percussió i bombo legüero de Fernando Massino, així com l'expressiva veu i flautes d'Isabel Sciutto ens transporten a l'univers musical del folklore argentí. El trio resideix a Copenhaguen /Malmö (Dinamarca).

Entrada gratuïta

Inscripció prèvia al web del centre, trucant als telèfons 93 207 37 03 / 93 459 12 28 o presencialment al centre.

**Dissabte 2 d'octubre, d'11 a 13.30 h**

**Taller musical a càrrec de Folkeando**

Entrada gratuïta. Reserva prèvia.

Organitza: Festival Sonamos Latinoamèrica

Col·labora: Centre Cívic La Sedeta

---

## FESTIVAL LEM A LA SEDETA

---

**Dissabte 2 i divendres 8 d'octubre, a les 20 h (Sala polivalent) / Dissabte 9, divendres 22 i dissabte 23 d'octubre, a les 20.30 h (Sala d'actes)**

---

Veure programa i preus a [gracia-territori.com](http://gracia-territori.com)

Organitza: Gràcia Territori Sonor

Col·labora: Centre Cívic La Sedeta

---

## CONCERT DE LA JOVE ORQUESTRA SIMFÒNICA DE BARCELONA (JOSB)

---

**Diumenge 14 de novembre, a les 18.30 h**

---

Direcció musical: **Carlos Checa**

Programa: **Tchaikovsky**: Llac dels Cignes (selecció)  
i Simfonia núm. 6 "Patètica"

A l'inici del concert, la jove cantant **María Reyné** interpretarà la versió simfònica del tema "Writting on the wall", de Sam Smith.

Entrada gratuïta (aforament limitat)

Inscripció prèvia al web del centre, trucant als telèfons 93 207 37 03 / 93 459 12 28 o presencialment al centre.

Organitza: Centre Cívic La Sedeta i JOSB

---

## XX AL RAS. BLUEGRASS & OLD TIME FESTIVAL A LA SEDETA

---

**Divendres 5 de novembre, a les 20 h**

---

- **Woodspell i Al Ras House Band**

**Woodspell** és una banda de Bluegrass i Americana formada a principis de 2020 a Barcelona, tot i que els seus components toquen junts des de l'any 2017, quan es van conèixer al II Barcelona Bluegrass Camp, organitzat per l'associació Al Ras.



Woodspell neix de la recerca d'un so personal, que beu dels diferents backgrounds musicals dels seus membres (folk, rock, jazz i música clàssica), i del desig d'escriure un repertori propi format tant per cançons cantades en català, com per temes instrumentals amb inspiració bluegrass i celta.

La banda està formada per **Oriol Aguilar** (contrabaix), **Isaac Casas** (mandolina i veu), **Jordi Marquillas** (violí i veu) i **Cristóbal Torres** (guitarra).

**Al Ras House Band** és un grup de músics format per organitzadors del festival i músics de l'escena barcelonina de Bluegrass, tots amb una llarga trajectòria dins d'aquesta música d'arrel. Ens presentaran un repertori de temes clàssics on les veus són molt importants, tant o més com els instruments. Bluegrass Rules!!!

Entrada gratuïta

Inscripció prèvia al web del centre cívic o trucant als telèfons 93 207 37 03 / 93 459 12 28 o presencialment al centre.

Organitza: Festival Al Ras

Col·labora: Centre cívic La Sedeta

---

## "AURA", CONCERT A CÀRREC DE MONIQUE MAKON I CLARA MARTIN

---

**Dijous 2 de desembre, a les 20 h**

---

**Monique Makon** (veu) i **Clara Martin** (guitarra)

Monique Makon i Clara Martín es van trobar a Nou Barris i de la conjunció del seu talent va sorgir el projecte musical Aura, un espai lluminós i en canvi constant, com les aures que ens envolten i que ens permeten percebre'ns i relacionar-nos més enllà del contacte físic.



Des de l'escenari, Makon i Martin reivindiquen el feminisme com a lluita política i social, defensant l'empoderament i l'alliberament de les dones com a única i possible victòria. Canten per no perdre la veu davant de l'opressió constant que pateixen les dones i alhora són com l'aire fresc, la brisa que omple tot de calma.

**Espectacle del Barcelona Districte Cultural.**

Entrada gratuïta.

Inscripció prèvia al web del centre a partir del 15 de novembre, trucant als telèfons 93 207 37 03 / 93 459 12 28 o presencialment al centre.

Organitza: ICUB i Centre Cívic La Sedeta

---

---

## CONCERTS DMJ GRÀCIA

---

**Inscripcions a l'octubre.** Dates i horari a determinar.

**El concurs es fa al Casal de Joves del Coll, al Centre Cívic La Sedeta i a l'Espai Jove La Fontana.**

**Districte Musical Jove de Gràcia** és un concurs fet des dels equipaments de joves amb bucs d'assaig (Casal de Joves del Coll, CC La Sedeta i Espai Jove La Fontana), on descobrirem alguns dels grups emergents del districte. Més informació a: [facebook.com/DMJGracia](https://facebook.com/DMJGracia)

---

## 'POP, ROCK I SOUL PEL TIBET' CONCERT SOLIDARI DE NADAL AMB ELS GRUPS PALIAN I COVER GRUP

---

**Dissabte 18 de desembre, a les 17.30 h**

**Donatiu: 4 €**

Fila 0: ES64/2100/3359/1322/0017/5249

[www.jin-pa.org](http://www.jin-pa.org)

Organitza: JIN-PA Ajuda als Refugiats Tibetans a l'Índia, ONG de Gràcia Solidària.

Col·labora: Centre Cívic La Sedeta

---

## TEATRE

---

**Divendres 8 d'octubre, a les 19 h i dissabte 6 de novembre, a les 18 h**

**"El hombre de hojalata"**, representació de l'obra de Xavi Morató, a càrrec de la companyia **Bakastei Teatre**

**Preu: 5 € / jubilats: 3 €**



**Dimecres 27 d'octubre, a les 18 h**

**"Pinzellades d'humor teatral"**, representació a càrrec de **Dinàmics Teatre** i **Vada Retro**, dins del **6è Gràcia Riu**, el Cicle d'Humor dels equipaments de proximitat del Districte de Gràcia.

Entrada gratuïta

**Divendres 29 d'octubre, a les 19 h i dissabte 30 d'octubre, a les 18 h**

**"3 escenaris en un sol apartament"**, representació de l'obra de Josep Gili, a càrrec del grup **Dinàmics Teatre**

**Preu: 5 € / jubilats: 3 €**

**Divendres 19 de novembre, a les 19 h i dissabte 20 de novembre, a les 18 h**

**"Tenorio a 2/4 d'11"**, representació de l'obra de Josep Gili, a càrrec del grup **Dinàmics Teatre**

**Preu: 5 € / jubilats: 3 €**

**Divendres 10 de desembre, a les 19 h i dissabte 11 de desembre, a les 18 h**

**"La habitación de Verónica"**, representació adaptada de l'obra d'Ira Levin, a càrrec del grup **Dinàmics Teatre**

**Preu: 5 € / jubilats: 3 €**

---

## FESTES POPULARS

---

**\* Pendants de que la normativa sanitària sobre la COVID ho permeti**

**Dijous 28 d'octubre, 17.30 h**

### Castanyada

Espectacle d'animació i castanyes gratuïtes per a tots els infants a la plaça La Sedeta

Organitza: Casal Infantil La Sedeta

**Divendres 17 de desembre, a les 17.30 h**

### Caga Tió

Celebració infantil amb espectacle per a tota la família i posterior picada al Tió a la sala d'actes del centre cívic. Fem cagar el Tió tots plegats!

Organitza: Casal Infantil La Sedeta

---

## EXPOSICIONS A LA SEDETA

---

**Del 14 de setembre al 5 d'octubre**

- **Exposició dels guanyadors de la 20èna edició del Concurs de Pintura al Passeig de Sant Joan, secció aficionats**

L'exposició inclou obres dels artistes **Gabriela Colás Torán** (1r premi), **Itziar Linde Gomis** (2n premi) i **Josep Maria Alabart Graell** (3r premi).

L'Associació de Veïns i Amics del Passeig Sant Joan organitza aquest Concurs-exposició en el marc de la Festa Major del Camp d'en Grassot.

**Del 7 al 28 d'octubre**

- **"Clara, concreta i concisa"**. Exposició de dibuixos abstractes de **Clara Fernandez**.

Clara ha fet aquests dibuixos a través de l'ordinador i la lupa de Windows, ja que té una discapacitat visual severa de naixement. És una apassionada de l'art, pinta des dels 6 anys, i té una gran força de voluntat per activar la seva vena creativa. "Clara concreta i concisa" va nèixer al Centre Cívic Font de la Guatlla a l'octubre de 2018. Li agrada explicar el procés d'execució dels seus dibuixos i les tècniques que utilitza.

**\* Dijous 7 d'octubre, a les 18 h:**

**"La discapacitat als barris"**, xerrada a càrrec de **Clara Fernandez**.

**Del 2 al 16 de novembre**

- **"Mirades solidàries"**, exposició de les fotografies presentades per les ONG del

Districte de Gràcia, que treballen la Cooperació Internacional, a la novena edició del **Concurs Fotogràfic Gràcia Solidaria**.

**Del 18 de novembre al 10 de desembre**

- **Exposició sobre els recursos naturals i el canvi climàtic als països mediterranis**, dins de la XXVIII Setmana Cultural Gràcia amb la Mediterrània.

**Del 15 de desembre al 10 de gener de 2021**

- **Exposició de pintura d'Eugèni Rodoreda** sobre temes de sostenibilitat i pau al planeta.

Per a més informació sobre aquestes o altres activitats que s'organitzin, consulteu l'agenda mensual al plafó del Centre Cívic La Sedeta

Compartir

Cultura

Aprendre

Conferències

Barri Creació

Amics

---

## TALLERS CULTURALS PER A TOTHOM

---

Gestiona: Calaix de Cultura

**Cursos de setembre a desembre de creativitat, expressió i moviment, humanitats i ciències, cuina, recursos, idiomes i salut.**

**Inscripcions a partir del 6 de setembre a les 10 h**

**Presencials de dilluns a divendres de 10 a 13 h i de 17 a 20 h.**

**En línia a <https://cursoslasedeta.inscripcionscc.com>**

**Preus dels tallers:** des de 32,94 € fins a 77,50 € en funció de la durada.

**Extracte normativa tallers centre cívics:**

- Les places són limitades per totes les activitats
- Un cop realitzada la inscripció no es retornarà l'import de la matrícula, excepte si el taller s'anul·la per part de l'organització.
- El centre es reserva el dret a canviar el professor/a, el dia, l'hora o la ubicació de l'activitat en cas que ho consideri oportú.

**Mesures de prevenció per la Covid-19**

- Tots els tallers es duren a terme de manera presencial, a no ser que s'indiqui el contrari, respectant les mesures de seguretat vigents en cada moment.
- Si la situació sanitària no ho permet, estem preparades per fer els tallers en format virtual. Es mantindrà el calendari previst, adaptarem els continguts al format i es cancel·laran les activitats.
- Es recomana fer el pagament amb targeta o fer la inscripció en línia. Tot i així també es pot pagar en efectiu.

---

## SERVEI D'INFÀNCIA

---

**Casal Infantil La Sedeta**

**Tel. 934 591 228**

**[casalinfantil@sedeta.com](mailto:casalinfantil@sedeta.com)**

---

**ESPAI FAMILIAR LA SEDETA 0 A 3 ANYS**  
**CASAL INFANTIL LA SEDETA 3 A 12 ANYS**

---

**• ESPAI DE PETITA INFÀNCIA "EL VAIXELL":**

Espai de criança per a famílies amb infants de 0 a 3 anys.

**- Grup de gatejants i caminants**

**Dilluns de 10.15 a 12.15 h**

**Dimarts de 10.15 a 12.15 h**

**Dimecres de 16 a 18 h**

**Dijous de 10.15 a 12.15 h**

**- Grup de nadons**

**Dimecres de 10.15 a 12.15 h**

**- Inscripcions per a les famílies que van participar el curs passat: 13 i 14 de setembre de 10 a 13 h / Resta de famílies: a partir del 14 de setembre de 10 a 13 h**

\* Inscripcions presencials al centre cívic.

**INICI DEL PRIMER TRIMESTRE D'EL VAIXELL:**

**dilluns 20 de setembre.**

Per a més informació, adreceu-vos al punt d'informació del Casal infantil de la Sedeta els **dimarts, dimecres i dijous d'11.30 a 13.30 h (amb cita prèvia) i de 17.30 a 19 h**  
**Dilluns i divendres de 17.30 a 19 h**

**Preu del servei:** Carnet de 10 sessions: **24 €**

**• CASAL INFANTIL DE 3 A 12 ANYS**

Espai de lleure educatiu per a infants de 3 a 12 anys d'edat. Al Casal es du a terme un treball transversal en valors, que té com a objectiu millorar el desenvolupament d'actituds positives i de convivència entre els infants. **Cada dia, de 16.30 a 19 h**, es fan activitats (manualitats, jocs de taula, tallers de teatre, jocs de moviment, narració de contes, jocs de representació, balls i cançons...) relacionades amb un eix d'animació.

Conferències  
**Barri** Creació  
Amics

- **Casal infantil El Submarí** : activitats i joc per als més petits (infants de 3 a 5 anys).

**Horari: de dilluns a divendres, de 16.30 a 19 h**

- **Casal infantil Les Abelles**: activitats i joc per a nens i nenes de 6 a 12 anys.

**Horari: de dilluns a divendres, de 16.30 a 19 h**

## INICI DEL TERCER TRIMESTRE DEL CASAL DIARI:

**dilluns 20 de setembre**

- **Inscripcions: 13 i 14 de setembre** (famílies antigues) **i a partir del 14** (famílies noves), **de 16 a 18 h**

\* Inscripcions presencials al centre cívic.

Preus del servei

1 dia a la setmana	13,35 €/mes
2 dies a la setmana	19,79 €/mes
3 dies a la setmana	26,54 €/mes
4 dies a la setmana	33,30 €/mes
5 dies a la setmana	40,08 €/mes

- **Aquest preu també inclou el servei de recollida dels infants a les escoles i desplaçament fins al casal.** Apte per a les escoles: Escola Claret (també fem recollida a les 17 h), Escola Sedeta, Escola de les Aigües, Escola Fructuós Gelabert i Escola Sagrada Família. **Places limitades.**

Per a més informació, adreceu-vos al punt d'informació del Casal Infantil de La Sedeta: **dimarts, dimecres i dijous d'11.30 a 13.30 h (amb cita prèvia) i de 17.30 a 19 h**  
**Dilluns i divendres de 17.30 a 19 h**

Contacte: [casalinfantil@sedeta.com](mailto:casalinfantil@sedeta.com)/ Tel. 647 618 814

## CALENDARI FESTIU

Celebrem les festes tradicionals: Carnaval, Sant Jordi, la Castanyada i el Tió

- **La Castanyada**: espectacle familiar a la plaça, el dijous **28 d'octubre, a les 17.30 h**

- **Caga Tió**: celebració infantil amb espectacle per a tota la família i posterior picada al Tió. Sala d'actes del centre cívic, el divendres **17 de desembre, a les 17.30 h**

## SERVEIS DE JOVES

• **Espai Adolescent La Sedeta**

[espaijove@sedeta.com](mailto:espaijove@sedeta.com)

**Facebook: Espai Adolescent La Sedeta**

**Instagram: lasedeta.espaiadolescent**

**Telèfon/whatsapp: 636 883 568 (David i Clara)**

L'Espai Adolescent la Sedeta és un punt de trobada per als i les **adolescents del barri entre 12 i 17 anys**. Un espai còmode on pugueu fer una mica de **vida comunitària** i on potenciar i tirar endavant les vostres inquietuds. Un lloc on créixer plegades en llibertat, a través del qual **implicar-vos i transformar** el vostre entorn. Un espai **obert i gratuït**, on pugueu entrar i sortir quan vulgueu. Només has de venir i proposar-nos què vols fer. En definitiva, **el vostre espai**.

Ens trobaràs **dilluns, dimarts, dimecres i divendres de 16.30 a 19 h**. Estem al tercer pis del Centre Cívic La Sedeta.

### Què pots trobar a l'Espai Adolescent?

Tenim una sala que podem ambientar de moltes maneres diferents, segons les teves necessitats del moment. Hi ha molts espais a dins de l'Espai Adolescent... Us els presentem!

**Espai Chill.** Un espai on relaxar-te, passar l'estona tranquil·lament amb amics i amigues, escoltar música i fins i tot veure una pel·lícula.

**Espai Gamer.** Vine a jugar a la Play! A l'Espai Adolescent pots organitzar tornejos de videojocs, jugar a l'ordinador i moltes altres coses. A què esperes?

**Espai Nerd.** Necessites estudiar però no t'agrada el silenci de les biblioteques? Aquí pots venir a fer deures, estudiar en època d'exàmens i llegir. Aprofita-ho!

**Espai Freak.** T'agraden els jocs de taula però no disposes d'espai on jugar? Aquí tenim taules i jocs diversos (també pots portar els teus propis!!). Us esperem!!

**Espai Artist.** Deixa volar la teva creativitat! Si t'agrada pintar, esculpir amb diferents materials, el circ, la música i les arts escèniques, l'Espai Jove pot ser un lloc on desenvolupar la teva faceta artística.

**Espai Audiovisual.** Ets un entusiasta del cinema? Aquest és el teu espai! Aquí pots des de dirigir un curt o un videoclip, fins a refugiar-te un dia de pluja per mirar una pel·lícula plegats! També hi ha un taller de ràdio dinamitzat per joves que parla sobre actualitat i moda juvenil, no vols venir a xerrar-hi?

**Espai Sporty.** Un torneig de ping-pong, d'air hockey, unes cistelles de bàsquet o un campionat de tir amb arc. Tot això també és possible a l'Espai Adolescent La Sedeta si ho demaneu!

Per a més informació de les diferents activitats i tallers que realitzarem durant aquest trimestre us podeu posar en **contacte amb nosaltres!**

**e-mail:** [espaijove@sedeta.com](mailto:espaijove@sedeta.com)

**telef.:** 636 883 568

**instagram:** [lasedeta.espaiadolescent](https://www.instagram.com/lasedeta.espaiadolescent)

---

## COORDINADORA D'ACTIVITATS DE GRUPS DE ROCK LA SEDETA

---

**Tel. 936 315 572**

**[www.sedetarock.com](http://www.sedetarock.com)**

**[locals@sedetarock.com](mailto:locals@sedetarock.com)**

**[www.facebook.com/sedetarock](https://www.facebook.com/sedetarock)**

---

## BUCS D'ASSAIG PER A MÚSICS

---

Quatre cabines insonoritzades per a l'assaig individual o de grups

**Horari: de dilluns a divendres de 18 a 22 h**

**Dissabtes i diumenges: de 16 a 22 h (amb reserva prèvia).**

Per a informació, enviar missatge per e-mail o per facebook.

**Actualment tancats per la Covid 19**

---

## PUNT D'INFORMACIÓ MUSICAL

---

Cens de grups, maquetes, llistat de sales de concerts, escoles de música, botigues d'instruments, lloguer de material, tauler d'anuncis...

---

## ESTUDI DE GRAVACIÓ

---

Podeu realitzar la gravació dels vostres temes musicals a la nostra sala de gravació. Demana'ns pressupost.

---

## TALLERS DE MÚSICA

---

- Tallers de guitarra, bateria, percussió...

- Preu: **a determinar.**

- Inscripcions als locals d'assaig de La Sedeta, **dates a determinar** (També es pot reservar plaça per e-mail o per facebook).

- Els tallers comencen a l'octubre. **Dates a determinar**, 10 classes d'una hora i trenta minuts.

- Grups reduïts

---

## ESPAI DE GENT GRAN

---

• **Associació de Pensionistes i Jubilats La Sedeta**

Tel. 934 583 649 / 660 102 444 / 934 591 228

**[info@gentgranlasedeta.cat](mailto:info@gentgranlasedeta.cat)**

**[www.gentgranlasedeta.cat](http://www.gentgranlasedeta.cat)**

**[www.facebook.com/associaciogentgranLaSedeta](https://www.facebook.com/associaciogentgranLaSedeta)**

**Horari d'atenció al públic:**

**de dilluns a divendres de 10 a 13.30 h**

(es recomana agafar cita prèvia).

---

## ACTIVITATS LÚDIQUES

---

**Ús dels jocs de taula subjecte a la normativa vigent.**

---

## ESCACS I JOCS DE TAULA

---

Gratuïts.

---

## BILLARS

---

**Preu: 3 € /10 tiquets**

Adquisició de tiquets a l'oficina de l'Associació.

---

## CONCERTS DE MÚSICA EN VIU

---

Dijous de 17 a 18.15 h

---

Dates:

- **16 setembre**
- **30 setembre**
- **21 octubre**
- **28 d'octubre** - Concert especial de Castanyada Preu: 6 €
- **11 novembre**
- **25 novembre**
- **9 desembre**
- **23 de desembre** - Concert especial de Nadal Preu: 6 €

Preu: 4€ / concert (es paga el mateix dia)

Abonament trimestral: 3€ / concert

**Inscripcions: 10 dies abans de cada concert, trucant per telèfon**

Sala d'actes

---

## FESTA DEL SOCI

---

**Desembre** (a concretar segons normativa sanitària vigent)

---

---

## ACTIVITATS CULTURALS

---

### VISITES CULTURALS

---

Informació i inscripcions:

**El programa sortirà el mes de setembre. La inscripció es farà de manera presencial, a partir del 23 de setembre.** Els dies d'inscripció són els dijous, de 10 a 13 h.

---

CONFERÈNCIA "CINEMA I IDEOLOGIA. DEL PUR ENTRETENIMENT A TRANSMETRE IDEES"

---

**Dimecres 15 de setembre, de 17 a 18 h**

---

A càrrec d'**Antoni Colomer**, cineasta

Es projectaran fragments de pel·lícules per il·lustrar la conferència.

Sala d'actes

Entrada gratuïta.

**Inscripcions: a partir del 3 de setembre, trucant per telèfon**

---

---

## AUDICIÓ "ESCOLTEM ELS CLÀSSICS"

---

**Dijous 18 de novembre, de 17 a 18.30 h**

---

A càrrec de **Víctor Frigola**

Sala d'actes

**Preu: 4 €**

**Inscripcions: a partir del 8 de novembre, trucant per telèfon.**

---

CICLE DE CORALS 2021-22: TROBADA DE TARDOR

---

**Dilluns 29 de novembre, a les 17 h**

---

Coral La Sedeta i altres corals convidades

Sala d'Actes

Entrada gratuïta

**Inscripcions: s'informarà amb antelació**

---

---

## ACTIVITATS SOCIALS

---

DIA MUNDIAL DE L'ALZHEIMER. JORNADA EN COL·LABORACIÓ AMB ALZHEIMER CATALUNYA FUNDACIÓ

---

**Divendres 17 de setembre**

---

**De 17 a 18 h: Proves de Memòria:** sensibilització sobre l'estat de la nostra memòria, per a majors de 60 anys

**De 18 a 20 h: Taller de Ceràmica:** per a persones cuidadores de malalts d'Alzheimer

Activitats gratuïtes

Inscripció prèvia: trucant al 934583649 / 660 10 24 44, de 10 a 13.30 h, a partir de **l'1 de setembre.**

---

MISSA DE DIFUNTS

---

**Dilluns 8 de novembre, a les 18 h**

---

Parròquia Cor de Maria (Claretians)

Sant Antoni Maria Claret, 47

Missa dedicada als socis/es que ens han deixat, acompanyada per la Coral La Sedeta.

---

---

## COL-LABORACIÓ AMB EL PROJECTE RADARS

---

Informació: **tel. 936 197 311 (Serveis Socials)**

Destinatari: persones grans de 85 anys que viuen soles o acompanyades d'altres de més de 65 anys i que es troben en risc d'aïllament social.

---

## SERVEIS PER ALS ASSOCIATS:

---

Cal presentar el **carnet de soci** a tots els establiments.

---

## ÒPTICA & AUDIOLOGIA UNIVERSITÀRIA

---

Passeig de Sant Joan, 168 - Tel. 938 556 700

**10% descompte addicional\***

\* Descompte no aplicable a altres promocions. Consulteu condicions a la botiga.

---

## CLÍNICA DENTAL ODONTHOS

---

Padilla, 286, baixos - Tel. 934 502 928

**Descomptes de fins al 30 %**

**Gratuïtat: primera visita + radiografia panoràmica + diagnòstic**

Per a més informació, adreceu-vos a la clínica dental.

---

## CENTRE PODOLÒGIC PB

---

Còrsega, 470, baixos - Tel. 934 593 013

**Preu especial associats: 17 €**

---

## PERRUQUERIA JARAL

---

Indústria, 51 - Tel. 932 073 962

**Descomptes de fins el 40 %**

Per a més informació, adreceu-vos a la perruqueria.

---

## TEATRE GAUDÍ BARCELONA

---

Sant Antoni M. Claret, 120

**Descompte del 50 % en el preu de l'entrada**

Per a més informació, adreceu-vos a l'oficina de l'Associació.

---

## TALLERS GENT GRAN

---

**Tots els tallers són presencials (a no ser que s'indiqui 'online')**

- **Inscripcions:** durant tot el curs, a la secretaria de l'Associació:

- Per **telèfon** (934 583 649 o 660 102 444)

- Per **email** (info@gentgranlasedeta.cat)

- **Presencialment, amb cita prèvia**

- **Quota de soci: 20 € /any escolar.**

- **La quota de soci i les quotes dels tallers (quotes trimestrals i quotes reduïdes anuals) es cobren per domiciliació bancària a partir del 5 d'octubre.**

- **Tots els tallers es faran si tenen el mínim d'alumnes inscrits.**

- **Inici de tallers 1r trimestre: 4 d'octubre de 2021**

- **Fi de tallers 1r trimestre: 15 de desembre de 2021**

(excepte els grups de dilluns que acabaran el 20 de desembre)

- **Tots els grups realitzaran 10 sessions de classe** (excepte en aquells que s'especifica el nombre de sessions)

- **La renovació als tallers és automàtica durant el curs.** En cas de baixa, cal comunicar-ho abans d'acabar el trimestre.

---

## CANT CORAL

---

Directora: **Lucia Beresova**

**Preu: 25 € / trimestre**

Assaig: **dilluns de 17 a 18 h / de 18 a 19 h** (en funció de la normativa vigent)

---

## TALLERS CULTURALS

---

ESTIMAR LA MÚSICA

Responsable: **Víctor Frigola**

**Preu: 36 € / trimestre**

**Dimecres de 12.35 a 13.35 h**

---

TALLER DE CINEFÒRUM  
(sessió de cinema + debat)  
**NOU!**

Responsable:  
**Antoni Colomer**

**Preu: 30 € / trimestre** (inclou les 3 entrades)

**Dimecres tarda**

Dates: **6 d'octubre, 3 de novembre i 1 de desembre**  
(1 sessió/mes)

---

## GRUP DE LECTURA

---

Responsable: **Dolors Dilmé**

**Preu: 12 €/any**

Dates: **13 d'octubre, 10 de novembre i 15 de desembre**  
(1 sessió/mes)

**Dimecres de 10 a 11 h**

---

## HUMANITATS I CIÈNCIES

---

Responsable: **Rafel Burgos**

**Preu: 36 € / trimestre**

**Dilluns 9.10 a 10.10 h**

**Dimecres d'11.20 a 12.20 h**

---

## RUTES HISTÒRIQUES

---

Responsable:  
**Susana Azcoita**  
**Preu: 36 € / trimestre**

**Grup 1: Dimecres de 9.45 a 10.45 h**

**Grup 2: Dimecres d'11 a 12 h**

**Grup 3: Dimecres de 12.15 a 13.15 h**

---

## TALLER DE TEATRE

---

Responsable: **Andreu Mas**

**Preu: 24 € / any**

**Dilluns de 12.30 a 14 h**

---

## VISITEM EXPOSICIONS D'ART

---

Responsable: **Laura Miras**

**Preu: 36 €/ trimestre**

**Grup A: Dimarts d'11 a 12 h**

**Grup B: Dimarts de 17 a 18 h**

**Grup C: Dimecres de 17 a 18 h**

---

## TALLERS NOVES TECNOLOGIES I INFORMÀTICA

---

---

### INFORMÀTICA

---

Responsable: **Mili Plaza**

**Preu: 40 € / trimestre**

---

### INFORMÀTICA ZERO

---

**Divendres de 10 a 11 h**

---

### REPÀS DE CONCEPTES BÀSICS

---

**Dilluns de 12.15 a 13.15 h**

---

### PHOTOSHOP

---

**Dimecres de 10.45 a 11.45 h**

---

### POWER POINT

---

**Dijous de 10.30 a 11.30 h**

---

### INTERNET

---

**Dijous de 12 a 13 h**

---

## TALLERS CREATIUS

---

---

### DIBUIX I ARTS PLÀSTIQUES

---

Responsable: **Isabel Pons**

**Preu: 42 € / trimestre**

**Dimarts de 9.15 a 10.45 h**

---

### DIBUIX I PINTURA

---

Responsable: **Laura Miras**

**Preu: 42 € / trimestre**

**Dilluns d'11 a 12.30 h**

**Dimecres de 10.30 a 12 h /  
de 12.15 a 13.45 h**

**Dijous de 12.10 a 13.40 h**

**Divendres de 9.15 a 10.45 h  
/ d'11 a 12.30 h**

---

## TALLERS D'IDIOMES

---

---

### ANGLÈS

---

Responsable:  
**Víctor Perramon**

**Preu: 36 € / trimestre**

Nivell inicial: **Dimarts de 9 a 10 h**

**Dijous de 9.20 a 10.20 h**

Nivell mitjà: **Dimarts de 10.15 a 11.15 h**

**Dimarts d'11.30 a 12.30 h**  
(online)

**Dijous de 10.40 a 11.40 h**

Nivell avançat: **Divendres d'11.30 a 12.30 h**

Nivell lectura i conversa: **Dimarts de 12.35 a 13.35 h**

Nivell conversa: **Divendres de 9 a 10 h / de 10.15 a 11.15 h**

---

### CATALÀ

---

Responsable:  
**Guillermina Varela**

**Preu: 24 € / any**

Nivell inicial: **Dilluns de 12 a 13 h**

Nivell mitjà: **Dilluns de 10.45 a 11.45 h**

---

### FRANCÈS

---

**Preu: 24 € / any**

Responsable:  
**Margarita Galmés**

Nivell inicial: **Dimecres de 10.35 a 11.35 h**

Nivell mitjà: **Dimecres de 9.15 a 10.15 h**

Nivell avançat: **Dilluns de 9.30 a 10.30 h**

Responsable:  
**Salvador Parera**

Nivell de lectura i conversa:  
**Divendres de 9.10 a 10.10 h**

Responsable: **Lídia Vives**

Nivell de conversa: **Dijous de 10 a 11 h**

Nivell de conversa i cultura:  
**Dimarts d'11.15 a 12.15 h**

---

## ITALIÀ

---

Responsable:  
**Salvador Parera**

**Preu: 24 € / any**

Nivell de lectura i conversa:  
**Divendres de 10.30 a 11.30 h**

---

## TALLERS DE BALL

---

---

### BALL EN LÍNIA

---

Responsable: **Mili Plaza**

**Preu: 36 € / trimestre**

**Dimarts de 12.30 a 13.30 h /  
de 16.30 a 17.30 h**

**Dimecres de 9 a 10 h**

Responsable:  
**Esperanza Cereijo**

**Preu: 24 € / any**

Nivell inicial: **Divendres d'11.20 a 12.20 h**

Nivell avançat: **Divendres de 12.35 a 13.35 h**

---

## COUNTRY

---

Responsable: **Mili Plaza**

**Preu: 36 € / trimestre**

Nivell inicial: **Dimecres de 12.30 a 13.30 h**

Nivell avançat: **Dimecres de 16.30 a 17.30 h**

---

## SARDANES

---

Responsables: **Jordi Solà i Montserrat Granier**

**Preu: 24 € / any**

**Dijous de 10.30 a 11.30 h**

---

---

## TALLERS ESPORTIUS

---

### AIGUAGIM

---

Responsable: **Manuel Moré**

**Preu: 42 € / trimestre**

Lloc: Poliesportiu Claror (Sardenya, 343)

**Dimarts de 12.30 a 13.15 h**

**Dijous de 12.30 a 13.15 h**

---

### ESTIRAMENTS

---

Responsable: **Eva Masó**

**Preu: 32 € / trimestre**

Lloc: Gimnàs Dinamis (Tra vessera de Gràcia, 419)

**Dimarts de 12.15 a 13 h**

**Divendres de 10.15 a 11 h**  
(online)

---

---

## GIMNÀSTICA DE MANTENIMENT

---

Responsable: **Eva Masó**

**Preu: 30 € / trimestre / torn**

Lloc: Gimnàs Dinamis (Tra vessera de Gràcia, 419)

**Dilluns de 10.15 a 11 h / d'11.15 a 12 h**

**Dimarts de 10.15 a 11 h / d'11.15 a 12 h**

**Dimecres de 10.15 a 11 h / d'11.15 a 12 h**

**Dijous de 10.15 a 11 h / d'11.15 a 12 h**

---

## MARXA NÒRDICA

---

Responsable: **Montse Beascochea**

**Preu: 48 € / trimestre**

**Dilluns de 10 a 11.30 h / d'11.45 a 13.15 h**

**Dimarts d'11.45 a 13.15 h**

**Dimecres d'11.45 a 13.15 h**

---

## NATACIÓ

---

Responsable: **Manuel Moré**

**Preu: 42 € / trimestre (1 dia setmana)**

Lloc: Poliesportiu Claror (Sardenya, 343)

**Dimarts de 9.30 a 10.15 h**

**Divendres d'11.45 a 12.30 h**

---

---

## PILATES

---

Responsable: **Eva Masó**

**Preu: 32 € / trimestre**

Lloc: Gimnàs Dinamis (Tra vessera de Gràcia, 419)

**Dijous de 12.15 a 13 h**

---

---

## TALLERS DE SALUT I CREIXEMENT PERSONAL

---

### IOGA

---

Responsable: **Núria Roc**

**Preu: 36 € / trimestre**

**Dilluns de 9.40 a 10.40 h / d'11.10 a 12.10 h**

**Dimarts d'11 a 12 h**

**Dimecres de 9.20 a 10.20 h / de 10.40 a 11.40 h**

---

### MEMÒRIA I SALUT

---

Responsable: **Marga Calvo**

**Preu: 36 € / trimestre**

**Dimarts de 10 a 11 h**

**Divendres de 9.30 a 10.30 h**

**Divendres d'11 a 12 h**

**Divendres de 12.35 a 13.35 h**

---

## RELAXACIÓ I MEDITACIÓ (MINDFULLNES) **NOU!**

---

Responsable: **Toni Martínez**

**Preu: 24 € /any**

**Divendres d'11.15 a 12.15 h**

---

---

## RISOTERÀPIA **NOU!**

---

Responsable: **Inés Simarro**

**Preu: 24 € /any**

**Dijous de 9.15 a 10.15 h**

Dates: **7 i 21 d'octubre / 4 i 18 de novembre / 2 i 9 de desembre**

---

## TAI-TXÍ

---

Responsable: **Isaac Julià**

**Preu: 36 € / trimestre**

**Dimecres de 9 a 10 h**

**Dijous de 9.15 a 10.15 h**

---

Responsable: **Montserrat Campamà**  
(a confirmar)

**Preu: 24 € / any**

**Dijous d'11.45 a 12.45 h**

---

---

## TALLERS LÚDICIS

---

CANASTRA (PENDENT D'AUTORITZACIÓ SANITÀRIA)

---

Responsable: **Lidia Vives**

**Preu: 24 € /any**

**Dimecres de 12.10 a 13.40 h**

**Divendres de 12.30 a 14 h**

---



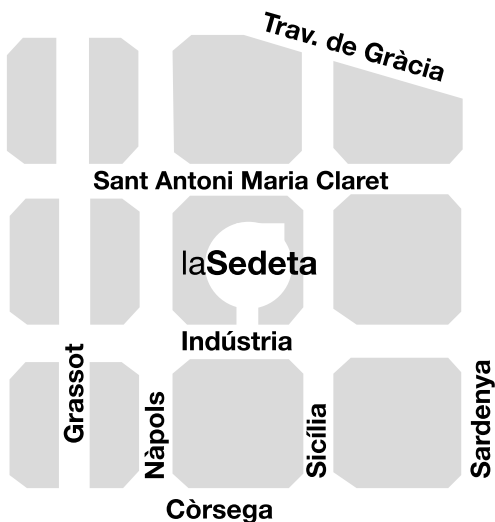
*Cafeteria  
La Sedeta*



---

## MAPA

---



---

## ADREÇA

---

Sicília, 321  
08025 BCN  
Tel. 932 073 703 / 934 591 228  
Línia 4, Joanic  
Línies 2 i 5, Sagrada Família  
Bus: H8, 20, 45, 47, 92, 114  
i 116  
[barcelona.cat/cclasedeta](http://barcelona.cat/cclasedeta)  
[ccsedeta@bcn.cat](mailto:ccsedeta@bcn.cat)

---

## HORARIS

---

De dilluns a divendres  
de 8.30 a 21 h  
dissabtes de 10 a 14 h  
i de 16 a 21 h

**Districte  
de Gràcia**