

Centre Cívic El Sortidor

A TAULA! CICLE DE CULTURA I GASTRONOMIA

Hivern 2023

El Sortidor



Coordinadora d'entitats



Poble Sec

Ajuntament de
Barcelona



A **TAULA!** *Cicle de cultura i gastronomia* és el projecte singular del Centre Cívic El Sortidor. Un espai per explorar l'alimentació en totes les seves dimensions i compartir recursos per empoderar-nos en els nostres hàbits i pràctiques relacionades amb el menjar.

Us convidem a conèixer i a tastar la programació de primavera.

Que vagi de gust!



La protagonista de la portada d'aquest trimestre és Chiara Monterotti de SomlaClau – Ecologia i Transició Urbana, que participa del cicle d'Activisme Gastronòmic.

INSCRIPCIONS I RESERVES

Inscripcions en línia: **elsortidor.inscripcionscc.com**

Presencials de dilluns a divendres, de 9 a 21 h

Tallers: a partir del 13 de desembre. En línia a partir de les 8 h

Programació cultural: 9 de gener (per a les activitats de gener), 23 de gener (per a les activitats de febrer), 20 de febrer (per a les activitats de març). En línia a partir de les 10 h.

En cas de no poder assistir a una activitat a la qual us heu inscrit, agraiem que ho comuniqueu al centre. La vostra plaça pot ser utilitzada per persones que són a la llista d'espera.

Pagament:

Es podrà fer **online** o amb **targeta** en el moment de formalitzar la inscripció.

Un cop feta la inscripció, no es retornarà l'import del taller.

Per a més informació sobre reducció i subvenció dels preus dels tallers adreceu-vos al centre.

Es recomana llegir detingudament els continguts de les activitats de cuina per veure la idoneïtat dels aliments que s'elaboraran, sobretot en cas d'al·lèrgies o intoleràncies alimentàries.



Els tallers de *L'aula del gourmet* poden ser adaptats per a persones amb discapacitat auditiva. Es disposarà, si se'n fa la demanda prèvia, d'ajudes tècniques per a persones usuàries de pròtesis auditives i d'interpret en llengua de signes.

TALLERS DE CUINA

L'AULA DEL GURMET

Obrim les portes de la cuina per oferir-vos diverses activitats formatives sobre l'aprenentatge de tècniques culinàries i productes de temporada. Un ampli ventall de tallers per als paladars més exigents.

ACTIVITATS CULTURALS

ACTIVISME GASTRONÒMIC

Aquest és un apartat dedicat a reflexionar al voltant de la dimensió política de l'alimentació. Parlarem de la gastronomia com a eina de transformació social i motor de canvi, i veurem quines estratègies tenim a l'abast per recuperar el control sobre què i com mengem.

PLATS FORTS

Descobrirem interessants maridatges entre la gastronomia i altres disciplines o formes d'expressió artística.

BONS HÀBITS

L'alimentació i la salut tenen una relació molt estreta. Experts en medicina i nutrició ens aproparan als bons hàbits alimentaris mitjançant conferències i tallers adreçats al públic general.

A PEU DE CARRER

Coneixerem les manifestacions culturals culinàries que ens apropen als altres mitjançant les celebracions del calendari festiu.

LA HISTÒRIA A TAULA

Coneixem com cuinaven i què menjaven les poblacions que ens han precedit en diferents èpoques de la història. Descobreix el llegat gastronòmic que ens han deixat.

CUINANT VINCLES

La cuina ha estat històricament un espai de trobada on compartir vivències i experiències. Al voltant dels fogons coneixerem diferents cultures alimentàries, cuinarem ingredients d'orígens diversos i posarem en valor la diversitat a través dels sabors.



ACTIVITATS AMB PERSPECTIVA AMBIENTAL



CUINA VEGETARIANA O VEGANA



ACTIVITATS AMB PERSPECTIVA DE GÈNERE



ACTIVITAT EN FAMÍLIA



CAL INSCRIPCIÓ PRÈVIA



ARROSSOS DE MUNTANYA

Dimarts 24 de gener, de 18.30 a 21 h

Preu: 15,67 € - Suplement: 7 €

Tallerista: Josep Vidal

L'arròs a la cassola és un dels plats més tradicionals a Catalunya. També es coneix com arròs de muntanya, arròs de pagès o de tros. Era típic a les cases de pagès fer aquest plat els diumenges, en reunions familiars o els dies de festa, i també quant es feien festes tradicionals al camp. Hi ha moltes variants dependent de la zona o de la temporada. En aquesta activitat cuinarem arrossos de muntanya amb combinacions delicioses i sorprenents.



CAMELS GUARIDORS



Divendres 27 de gener, de 16.30 a 19 h

Preu: 15,67 € - Suplement: 5 €

Tallerista: Anna Serrano

A Catalunya el 3 de febrer, Sant Blai és invocat per curar el mal de gola o de coll. Un refrany popular diu "San Blai gloriós, lleva'm la tos". Al Camp de Tarragona hi ha la tradició de beure un cistellet amb fruita, caramels, avellanes i ametlles, que guareixen el mal de coll.

Ens preparem per Sant Blai tot cuinant caramels guaridors elaborats amb mel i plantes remeieres d'hivern.



CUINA GADITANA

Dimarts 31 de gener, de 18.30 a 21 h

Preu: 15,67 € - Suplement: 6 €

Tallerista: Natalia García del Restaurant La Chana

De la gastronomia gaditana són ben conegudes les fritures, els gaspatxos i salmorejos, salaons i adobats de peix i la prestigiosa tonyina de Barbate, però... coneixeu els secrets culinaris d'aquesta regió?

En aquest taller descobrirem receptes típiques de Sanlúcar de Barrameda i combinacions que ens faran vibrar i salivar de plaer.



BONÍTOL



Dijous 2 de febrer, de 18.30 a 21 h

Preu: 15,67 € - Suplement: 6 €

Tallerista: Anna Bozzano, d'El Peix al Plat

El bonítol és un peix blau amb un gust molt delicat. És versàtil a la cuina i ric en Omega3 i en sabor. Cru o cuinat no decep. Vine a descobrir la versatilitat d'aquesta varietat a la cuina i gaudeix de les receptes que hem preparat per treure-li el màxim partit!



FRICANDÓS DIFERENTS

Dimarts 7 de febrer, de 18.30 a 21 h

Preu: 15,67 € - Suplement: 7€

Tallerista: Rosa Mari García

El fricandó és un plat tradicional de la cuina catalana a base de filets de vedella i sofregit amb bolets. En aquest taller li donarem una "volta al plat" i el cuinarem de maneres diferents. Vine i sorprèn als teus convidats amb receptes creatives i actualitzades d'aquest plat emblemàtic.



POPCAKES I RAJOLES DE XOCOLATA

Divendres de 10 de febrer, de 18 a 20.30 h

Preu: 15,67 € - Suplement: 6 €

Tallerista: Anabel González

Els *popcakes* o falsos mini gelats de xocolata són uns petits pans de pessic amb farciment de crema, mermelada o crema de xocolata i coberts de xocolata. Encara que semblen gelats, no ho són! En aquesta activitat cuinarem la planxa de pa de pessic, la cobertura amb xocolata de diferents colors i acabarem les decoracions amb llacets a conjunt. També farem unes rajoles de xocolata decorades, ideals per regalar per a Sant Valentí o per a d'altres ocasions.



OKONOMIYAKIS

Dilluns 13 de febrer, de 18.30 a 21 h

Preu: 15,67 € - Suplement: 6 €

Tallerista: **Miho Miyata**

L'okonomiyaki, anomenat pizza japonesa o truita japonesa, és un plat molt popular al Japó i cada cop més conegut. *Okonomi* significa "al gust", mentre que *yaki* significa literalment "cuiat a la planxa". És per això que existeixen moltes variants a l'hora de preparar-lo. En aquest taller aprendrem a fer l'elaboració a l'estil tradicional d'Hiroshima i d'Osaka. A més l'acompanyarem amb un entrant ideal per a l'ocasió.



MELMELADES I CONSERVES



Dimarts 21 de febrer, de 18.30 a 21 h

Preu: 15,67 € - Suplement: 6 €

Tallerista: **Rosa Montoriol d'Oliisucré**

Les conserves són un dels arts centenaris que allarguen la vida dels aliments, permetent-nos consumir-los lluny, tant pel que fa a l'espai com en el temps. Vols aprendre recursos per aprofitar els aliments elaborant les teves mermelades i conserves? L'oli, el vinagre, la sal i el sucre han servit des de l'antiguitat per preservar els aliments. En aquest taller n'explicarem la història mentre les preparem i tastem.

NIAN GAO

Dimecres 22 de febrer, de 18.30 a 21 h

Preu: 15,67 € - Suplement: 6 €

Tallerista: **Jenny Chih-Chieh Teng**

L'arròs és un ingredient fonamental a les cuines asiàtiques. També és molt versàtil i es pot utilitzar de moltes maneres diferents. En aquest taller ens centrarem en els pastissos d'arròs, també coneguts com *nian gao*, *kirimochi* i *ttheok*. Aprendrem com s'utilitzen en els països d'Àsia Oriental i les diferents maneres de cuinar-lo en receptes salades tradicionals.



MENÚ DE COSTA BRAVA DEL S.XIX

Dimarts 28 de febrer, de 18.30 a 21 h

Preu: 15,67 € - Suplement: 8 €

Tallerista: **Rosa Mari García**

Si pareu atenció a la frase atribuïda a Josep Pla -la cuina d'un país és el seu paisatge posat a la cassola- entendrem perquè la Costa Brava, dins la província de Girona i emmarcada pel Pirineu, el mar i els camps d'interior, té una gastronomia tan rica: gràcies a pastors, mariners i pagesos. En aquest taller farem un viatge al passat i elaborarem un menú típic de la Costa Brava amb receptes originals del segle XIX.

CUINA MEXICANA DE QUARESMA

V

Dimarts 7 de març, de 18.30 a 21 h

Preu: 15,67 € - Suplement: 8€

Tallerista: **Verónica Baena**

Temps enrere, després de la disbauxa exuberant dels dies de Carnaval, els cristians de tot el món es preparaven per a l'arribada de la Setmana Santa fent penitència i dejuni. Posteriorment, el precepte va ser l'abstinència d'ingesta de carn.

En aquest taller aprendrem a preparar receptes mexicanes sense proteïna animal ideals per al període de Quaresma i per a tot l'any. Vine i sorprèn-te de la varietat de sabors i colors que conformen la cuina tradicional mexicana apte per a vegetarians i vegans!



PASTA FRESCA FARCIDA ENTRE LES QUATRE ESTACIONS

Dilluns 13 de març, de 18.30 a 21 h

Preu: 15,67 € - Suplement: 4 €

Tallerista: **Sara Sandrino**

Els *tortelli di zucca, amaretti e mostarda* és un dels plats més representatius de la cuina italiana. Es tracta d'una recepta típica de la ciutat de Mantova, a l'Emilia-Romagna, que destaca per dos ingredients de sabor únic: la *mostarda* i l'*amaretti*. Prepararem la recepta original des de zero i elaborarem la pasta, el farcit i l'acompanyarem amb una salsa lleugera de mantega i sàlvia. Per acabar la sessió, degustarem els *tortelli* mentre analitzem l'obra *Les quatre estacions* de Giuseppe Arcimboldo, tot un autèntic espectacle per als nostres sentits!



PASTISSERIA ESCANDINAVA

Dimecres 22 de març, de 18.30 a 21 h

Preu: 15,67 € - Suplement: 4 €

Tallerista: **Agnès Dapère**

A tota Península Escandinava, les festes tradicionals se celebren amb boníssims brioixos aromatitzats amb espècies. D'Islàndia fins a Estònia, els més famosos són els panets de canyella, però n'existeixen molts més com els *Lussekat* de Santa Llúcia, els *Semlor* suecs de Quaresma o els *Laskaiaspulla* de Finlàndia, que són panets farcits amb nata muntada. Per acompanyar una tassa de cafè a l'hivern, no hi ha res millor que un bon pastís o un brioix ben flonjo!



4 SOPES, 4 CONTINENTS

Dimecres 29 de març, de 18.30 a 21 h

Preu: 15,67 € - Suplement: 4€

Tallerista: *Agnès Dapère*

La sopa permet aprofitar qualsevol ingredient i les seves propietats nutricionals. Pot ser tan humil com una sopa *borsch* amb remolatxa d'Ucraïna o combinar carn, verdures i espècies com la *harira* marroquina o la famosa sopa *phò* vietnamita. Tot i que moltes es fan amb brou, també es poden preparar amb llet, com les *chowders* americanes. En aquest taller, donem la volta al món amb 4 sopes per escalfar el cos i l'ànima!



ACTIVISME GASTRONÒMIC



AULA AMBIENTAL DEL POBLE-SEC

Amb la col·laboració de SomlaClau i Xarxa CooperaSec

Des de la Xarxa CooperaSec s'ha impulsat l'Aula Ambiental del Poble-sec coordinada per l'Associació SomlaClau. L'objectiu és que es converteixi en un punt de referència per a la transmissió de coneixements i promoció de la cultura de la sostenibilitat, per empoderar-se i reaccionar de cara als nous reptes que han sorgit a causa del canvi climàtic.

L'Aula Ambiental de Poble-sec és itinerant, això vol dir que, en una primera fase, les activitats es desenvolupen en diferents espais del barri. Vine a conèixer quines activitats i novetats de l'Aula Ambiental tenen lloc al Centre Cívic El Sortidor aquest hivern.



NOU PROJECTE AL BARRI: L'ECONOMAT DEL POBLE-SEC



Dijous 26 de gener, de 19 a 20 h

Xerrada a càrrec de Jeff Guillemet

Al Poble-sec s'hi està coent un economat impulsat per un grup de veïnes del barri. Un establiment d'articles de primera necessitat, sota un model de cooperativa sense afany de lucre i autogestionada, on les sòcies que participen decideixen quins productes volen. El projecte aposta pel comerç agroecològic i de proximitat així com per altres productes de confiança amb un fort compromís social, sempre a preus justos tant per la productora com per la consumidora. Vols saber-ne més? Estàs interessada a participar? Vine i informa't!

SOBIRANIA ALIMENTÀRIA DEL POBLE-SEC EN RUTA!

Dissabte 11 de març, d'11 a 13 h

Itinerari a càrrec de Chiara Monterotti

Farem ruta per diferents punts del barri rellevants en matèria d'activisme gastronòmic i alimentari. Visitarem l'hort de la Font Trobada, la Cooperativa de Consum La Seca i el Mercat de la Terra on descobrirem tant alternatives de producció propera com, de consum sostenible i empoderador.

CUINA D'APROFITAMENT CREATIVA

Dimarts 14 de març, de 18.30 a 21 h

Taller de cuina a càrrec de Mariel Brahim de Las Espigadoras

Cuinarem amb aliments espigolats al Poble-sec. Serà un taller que requerirà enginy i creativitat per idear i elaborar els plats en funció dels ingredients disponibles. Cuinarem, aprendrem coneixements de bones pràctiques energètiques a la cuina i compartirem vivències i receptes entre totes. Aquest taller no requerirà pagament de suplement perquè tots els ingredients seran aprofitats de comerços del barri gràcies als grups d'organització comunitària de recuperació d'aliments.

PLATS FORTS

PINTEM AMB RESTES D'ALIMENTS!

Dissabte 4 de febrer, de 10.30 a 12.30 h

Recomanat per a infants a partir de 5 anys - Suplement: 2 €

Taller d'estampació en família a càrrec d'Edurne Bordas de Món Viu

Sabies que amb pells seques de magrana, plàtan, raïm, alvocat, poma i d'altres aliments podem fer tintures naturals per a pintar i estampar sobre paper i tela? En aquesta activitat esmorzarem en família i amb els aliments sobrants pintarem i estamparem amb colors vius i orgànics. Vine a descobrir com aprofitar restes d'aliments i a explorar la teva creativitat.



TAST DE XOCOLATA DE COMERÇ JUST AMB ELS 5 SENTITS

Dijous 23 de març, de 19 a 20.30 h

Tast guiat de xocolates de Comerç Just a càrrec d'Oikocredit

Aprèn sobre el procés d'elaboració de la xocolata de Comerç Just des de l'arbre del cacau fins el producte final. Coneixeràs les diferències entre el Comerç Just i el comerç tradicional, a partir d'una activitat innovadora i molt dolça que et permetrà conèixer la història de les organitzacions productores de cacau que hi ha darrere de cada tauleta tot degustant amb els 5 sentits.



MÉS LLEGUMS, MÉS SALUT

Dijous 9 de febrer, de 19 a 20.30 h · Suplement: 2 €

Activitat formativa a càrrec de Marta Oller, metgessa de família i comunitats (EAP Camp de l'Arpa) i màster en Nutrició i Salut

El dia 10 de febrer es celebra el Dia Mundial dels Llegums establert per l'Organització de les Nacions Unides per a l'Alimentació i l'Agricultura (FAO). Quins llegums coneixem? quines receptes podem incloure? Què és el que fa que no en mengem més i com podem posar-hi solució?

En aquesta xerrada-taller reivindicarem la importància d'aquests aliments humils i poderosos, coneixerem les principals propietats nutricionals dels llegums i com podem augmentar-ne el consum de tota la família. Per acabar farem un tastet de "xocolata" feta de llegums que ens sorprendrà.

CUINA ENERGÈTICA D'HIVERN



Dijous 23 de febrer, de 18.30 a 21 h · Suplement: 6€

Taller de cuina a càrrec de Joha Orellana

A la cuina macrobiòtica és molt important adaptar els nostres àpats a cada estació. A la medicina tradicional xinesa, l'hivern està associat a l'element Aigua, relacionat amb els ronyons, que haurem de cuidar i reforçar durant els mesos més freds per ajudar-nos a mantenir l'escalfor interna i una energia estable. Vine a cuinar un menú vegà energètic, variat i deliciós que et sorprendrà! Coneixerem quins aliments i cocccions proporcionen energia i escalfor al nostre cos.



ESMORZARS MACROBIÒTICS



Dijous 30 de març, de 18.30 a 21 h · Suplement: 5€

Taller de cuina a càrrec de Joha Orellana

Vols incloure esmorzars més saludables a la teva dieta però no tens temps als matins ni saps per on començar? A mig matí tens baixades energètiques i no saps perquè succeixen? T'ajudem! En aquest taller proposarem alternatives a les torrades i als entrepans amb cafè als que moltes estem acostumades. Revisarem els principis de l'alimentació macrobiòtica, les alternatives al cafè, als lacticis i al pa mentre preparem receptes fàcils per implementar als matins i guanyar en varietat i en energia cada dia.



CARNAVAL A TRAVÉS DE L'ART I LA GASTRONOMIA

Dimecres 15 de febrer, de 18.30 a 21 h · Suplement: 4€

Activitat formativa amb cuina i degustació a càrrec de Sara Sandrino

El Carnaval de Venècia és un dels més famosos del món. Actualment dura deu dies però al segle XVII la festivitat durava gairebé dos mesos, des del dia de Sant Esteve fins al començament de la Quaresma. Durant aquest període de temps regnava la permissivitat, el descontrol i certa falta de moralitat. Va ser en aquest context i en aquesta època que les companyies itinerants d'òpera van trobar un terreny fèrtil per a les seves produccions.

En aquesta activitat parlarem del Carnaval a través de l'art, l'òpera i la gastronomia. A més, cuinarem les postres típiques italianes per aquestes dates i les acompanyarem amb un vi dolç de la zona, que és Carnaval i s'ho val!



16A CALÇOTADA DEL POBLE-SEC

Diumenge 26 de febrer, a la Plaça del Sortidor

A càrrec dels Castellers del Poble Sec

Vine a compartir un àpat popular i a gaudir del patrimoni festiu del territori! L'àpat inclou: 10 calçots amb salsa romesco, botifarra amb mongetes, pa, aigua i vi. Els calçots i la salsa romesco provenen de la producció agroecològica de l'Espai Rural de Gallecs.

Enguany serà una calçotada **residu zero**, per tant, cada participant haurà de portar els seus plats o carmanyoles, coberts i gots. Entre totes farem una calçotada respectuosa amb les tradicions i el medi ambient.

Horari de venda de tiquets: diumenge 26, de 10.30 a 11.30 h a la Plaça del Sortidor. A partir de les 15h no es serviran més racions, encara que la persona entregui el tiquet. Només es podran adquirir dos tiquets per persona adulta. Es podrà pagar en efectiu o amb targeta.





HERÈNCIA GASTRONÒMICA MEDIEVAL

CUINA CATALANA A L'EDAT MITJANA

Dijous 2 de març, de 18.30 a 20.30 h · Suplement: 5 €

Activitat formativa i taller de cuina a càrrec de Núria Bàguena

Lluny de l'imaginari col·lectiu amb reis i nobles menjant amb els dits, la cuina medieval catalana destaca pel seu refinament i la riquesa d'un receptari tan simple com exquisit. Convertida en símbol d'estatus social, també compta amb gourmets i cuiners famosos, i destaca per les bones maneres a taula. Farem un viatge històric visitant les formes de menjar dels diferents estaments socials de l'Edat Mitjana i cuinarem algunes de les salses que s'utilitzaven i que, actualment, s'entenen com a postres.

CUINA MEDIEVAL EN FAMÍLIA!



Dissabte 4 de març, de 10.30 a 12.30 h

Recomanat per a famílies amb infants de totes les edats

Suplement: 3 €

Taller de cuina en família a càrrec de Rosa Montoriol d'Oliisucré

Us agradaria aprendre a cuinar plats del receptari medieval? Conèixer què menjaven i com es preparava un banquet? I sobretot, tastar les receptes cuinades entre totes? Doncs no us perdeu l'oportunitat i veniu a descobrir els gustos medievals a la nostra cuina!

DESCOBRIM L'HORT MEDIEVAL DEL MONESTIR DE PEDRALBES



Dimecres 15 de març, a les 11 h

Itinerari a càrrec del Monestir de Pedralbes

Visita temàtica que parteix del hort medieval del Monestir de Pedralbes per descobrir els trets principals de l'alimentació medieval i més concretament la dieta de les monges clarisses de Pedralbes a l'edat mitjana. La visita continuarà a l'espai de les procures, on es conservaven i emmagatzemaven els aliments, i entrarem a la cuina on s'explicaran algunes de les receptes que es feien amb els productes de l'hort. Finalment acabarà al refector on s'explicarà les pràctiques ascètiques vinculades a l'alimentació en el món cristià medieval i més concretament en l'àmbit conventual femení.



A HALAR!

La tradició gastronòmica gitana té caràcter i identitat pròpia. És una cuina formada per les migracions, les unions i els intercanvis, que ha sabut incorporar els ingredients i maneres de fer de cada territori recorregut al llarg del temps. Ens acostarem al llegat culinari gitano-català caracteritzat per l'ús d'ingredients humils, plats d'aprofitament i guisats succulents i nutritius. **Aquestes activitats estan incloses en el cicle: "Chib calo! – Cicle en motiu del Dia Internacional del Poble Gitano", de la programació cultural del centre.**

LA CUINA DE LA ROSITA

Dilluns 6 de març, de 18.30 a 21 h

Preu: 15,67 € - Suplement: 6 €

Taller de cuina a càrrec de Rosita Cortés i Ricard Marí

El poble gitano és una de les ètnies més esteses pel món. Com a totes les cultures, la dona ha tingut un paper fonamental en la transmissió generacional del patrimoni culinari romaní. La Rosita ens explicarà com han preservat les receptes familiars i cuinarem amb ella alguns dels plats que han passat de mares a filles.



HALAR: CUINA GITANA A CATALUNYA

Dilluns 27 de març, de 18.30 a 21 h

Preu: 15,67 € - Suplement: 6 €

Taller de cuina a càrrec de Ricard Marí i Rosita Cortés

El 8 d'abril es celebra el Dia Internacional del Poble Gitano. Al CC El Sortidor ens avancem a la diada per apropar-nos a la seva tradició gastronòmica de la mà de Ricard Marí, xef gitano-català i col·laborador amb la Fundació Alícia en el procés d'elaboració del receptari *Halar, cuina gitana a Catalunya*. Elaborarem algunes de les receptes del llibre i les gaudirem en companyia: segons la comunitat gitana, la mateixa trobada de persones es converteix en un fet que s'ha de celebrar!



POBLE-SEC A TAULA!

El projecte *A Taula! Cicle de cultura i gastronomia* acull projectes de caràcter social desenvolupats per les entitats del territori que reverteixen en el veïnat del Poble-sec o bé per associacions sense ànim de lucre de la ciutat que treballen amb persones i col·lectius en situació de vulnerabilitat.

L'ESCOLA A TAULA!

A través d'aquest projecte s'obre la cuina del centre cívic a les escoles públiques del Poble-sec amb l'objectiu de promoure una alimentació saludable, sostenible i diversa entre els nens i nenes del barri, generar un entorn alimentari empoderador on puguin començar a explorar la cuina d'una forma lúdica i a la vegada segura, i d'altra banda, fomentar la interacció i co-creació entre els infants i l'equipament.

RESIDÈNCIA TRES PINS - SANT PERE CLAVER

Aquesta entitat duu a terme tallers de cuina amb persones amb discapacitat intel·lectual lleu i trastorn de conducta que viuen a la residència o que estan vinculades amb el centre de dia Tres Pins.

INSTITUT MUNICIPAL DE SERVEIS SOCIALS - CSS POBLE-SEC

El grup JOPS (Joves Poble Sec) està conformat per joves adolescents d'entre 12 i 16 anys en situació de vulnerabilitat. La cuina esdevé un espai que garanteix la relació entre ells i amb referents que els ofereixen suport en el seu procés educatiu.

SERVEIS SOCIALS SANT JOAN DE DÉU

Els Centres Residencials d'Inclusió són habitatges compartits on viuen persones en una situació de sense llar no cronificada derivades dels serveis socials de l'Ajuntament de Barcelona. Les membres del grup fan tallers de cuina on preparen receptes saludables i sostenibles participant de tots els processos per tal de recuperar l'autonomia i empoderar-se en relació als seus hàbits alimentaris.

SERVEI DE REHABILITACIÓ COMUNITÀRIA DEL PARC SANITARI SANT JOAN DE DÉU

Els serveis de salut mental preparen tallers de cuina per promoure la independència i l'autonomia en l'àmbit de l'alimentació d'un grup de persones amb malalties mentals.

TASTA'M - FUNDACIÓ SERVEI SOLIDARI

Aquest és un projecte de formació sociolingüística i ocupacional adreçat a menors migrats sols. L'objectiu és crear ponts cap a l'educació reglada i vetllar per la reincorporació del jovent a l'educació formal, oferir un tastet dels oficis del sector de la restauració per orientar les participants i acompanyar-les en la definició del seu itinerari laboral i crear espais de coneixença.

BACUINETES - BARCELONACTUA:

A la cuina del Sortidor un grup de persones refugiades i novingudes que acaben d'arribar a Barcelona i es troben en situació de vulnerabilitat comparteixen i cuinen receptes dels seus països d'origen.

PRESENTA'NS LA TEVA PROPOSTA

Si et dediques al món de la gastronomia i tens idees innovadores i originals, presenta'ns la teva proposta. Envia-la a ccelsortidor@bcn.cat i indica al tema del correu: Proposta A Taula!

AGENDA

GENER

Dimarts 24	18.30 – 21 h	Arrossos de muntanya
Dijous 26	19 – 20 h	Nou projecte al barri: l'Economat del Poble-sec
Divendres 27	16.30 – 19 h	Caramels guardadors
Dimarts 31	18.30 – 21 h	Cuina Gaditana

FEBRER

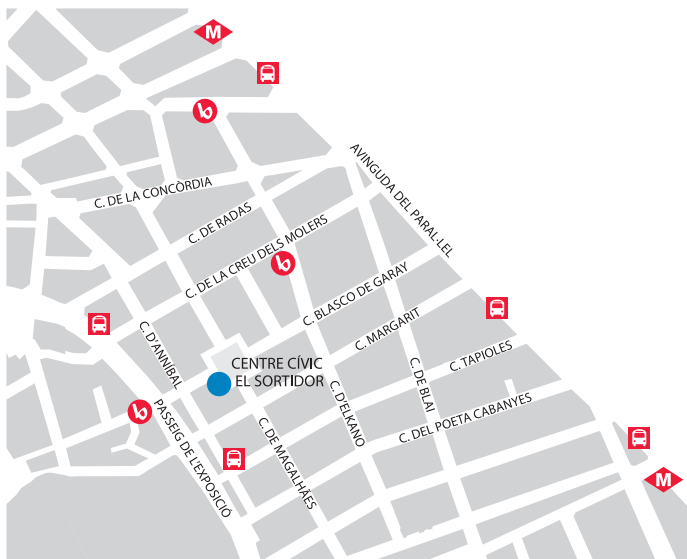
Dijous 2	18.30 – 21 h	Bonítol
Dissabte 4	10.30 – 12.30 h	Pintem amb restes d'aliments!
Dimarts 7	18.30 – 21 h	Fricandós diferents
Dijous 9	19 – 20.30 h	Més llegums, més salut
Divendres 10	18 – 20:30 h	Popcakes i rajoles de xocolata
Dilluns 13	18.30 – 21 h	Okonomiyaki
Dimecres 15	18.30 – 21 h	Carnaval de Venècia a través de l'art i la gastronomia
Dimarts 21	18.30 – 21 h	Melmelades i conserves
Dimecres 22	18.30 – 21 h	Nian Gao
Dijous 23	18.30 – 21 h	Cuina energètica d'hivern
Diumenge 26	10.30 h	16a Calçotada del Poble-sec
Dimarts 28	18.30 – 21 h	Menú de Costa Brava del segle XIX

MARÇ

Dijous 2	18.30 – 20.30 h	Cuina catalana a l'Edat Mitjana
Dissabte 4	10.30 – 12.30 h	Cuina medieval en família!
Dilluns 6	18.30 – 21 h	La cuina de la Rosita
Dimarts 7	18.30 – 21 h	Cuina mexicana de Quaresma
Dissabte 11	11 – 13 h	Sobirania alimentària del Poble-sec en ruta!
Dilluns 13	18.30 – 21 h	Pasta fresca farcida entre les quatre estacions
Dimarts 14	18.30 – 21 h	Cuina d'aprofitament creativa
Dimecres 15	11 h	Descobrim l'Hort Medieval del Monestir de Pedralbes
Dimecres 22	18.30 – 21 h	Patisserie escandinava
Dijous 23	19 - 20.30 h	Tast de xocolata de comerç just amb els 5 sentits
Dilluns 27	18.30 – 21 h	Halar: Cuina gitana a Catalunya
Dimecres 29	18.30 – 21 h	4 sopes, 4 continents
Dijous 30	18.30 – 21 h	Esmorzars macrobiòtics



Barcelona
Capital Mundial
de l'Alimentació
Sostenible



ADREÇA

Centre Cívic El Sortidor

Plaça del Sortidor, 12 – 08004 Barcelona - Tel. 934 434 311
ccelsortidor@bcn.cat - Barcelona Wi-Fi
Sala d'actes equipada amb anell magnètic

TRANSPORTS

Metro: Poble-sec (L3) i Paral·lel (L2 i L3)
Autobusos: 20, 21, 36, 37, 55, 91, D20, H14, V11
Bicing: Pg. de l'Exposició – Blasco de Garay (Estació 234)

PER A MÉS INFORMACIÓ

barcelona.cat/ccelsortidor



De conformitat amb el Reglament Europeu de Privacitat 679/2016 i la Llei Orgànica, us informem que les vostres dades personals s'incorporaran al fitxer de dades de Gestió i ús d'equipaments, locals i espais municipals del que és titular l'Ajuntament de Barcelona amb la finalitat de la gestió de les activitats i dels usuaris dels equipaments municipals. Podeu exercitar els drets d'accés, rectificació, cancel·lació i oposició, adreçant-vos per escrit al Registre General de l'Ajuntament: Pl. Sant Jaume 1, 08002 Barcelona, indicant clarament en l'assumpte Exercici de Dret RGPD. L'encarregat de la gestió de les dades com a gestor del centre és Calaix de Cultura S.L. i el seu delegat de Protecció de Dades és UNIVER IURIS S.L. (www.uneon.es). Calaix de Cultura c. Diputació 185, pral. 1a., 08011 de Barcelona. calaixdecultura@calaixdecultura.cat

**Districte de
Sants-Montjuïc**