

Centre Cultural Albareda

# TALLERS I PROGRAMACIÓ CULTURAL

Hivern 2023

Albareda

Ajuntament de  
Barcelona



## AGENDA

### GENER

Dimarts 10	19 h	Cecilia, una veneçolana del Poble-sec	Inauguració exposició
Dissabte 14	17 h	Extramostra	Col·laboracions
Dimecres 18	19 h	Cosas de negros (al Sortidor)	Arts escèniques
Dijous 19	19 h	Sons aràbics: de Tànger a Beirut	Musicalment parlant
Divendres 20	20 h	Malánima	Concert – La Carbonera
Dijous 26	18.30 h	Cecília 100x100	Activitat compl. exposició
Divendres 27	20 h	Polyklyn	Concert – La Carbonera
Dissabte 28	11 h	Barcelona 1992: Trenta anys després	Itinerari
Dissabte 28	17.30 h	Impossible?	Espectacle familiar

### FEBRER

Dijous 2	19.30 h	Inside: l'escena independent musical a Espanya als anys 90 (Minifestival)	Inauguració exposició
Divendres 3	16.30 h	Paul Klee i els secrets de la natura	Itinerari
Divendres 3	20 h	Nihan Devecioglu & Sasha Agranov	Concert – La Carbonera
Dijous 9	19 h	Material Sirles: un septenni	Cinema documental musical
Divendres 10	17.30 h	Les màscares de Bruno Munari	Activitat familiar
Dissabte 11	11 h	Visita al Museu Olímpic de l'Esport Joan Antoni Samaranch	Itinerari
Dijous 16	19 h	Carnavals de carrer al Brasil: tradició i dissidència	Musicalment parlant
Divendres 17	20 h	Carlos Sarduy	Concert
Dissabte 18	20 h	Barnasants	Col·laboracions
Dimarts 21	17 h	Prestige: crònica d'una catàstrofe	Itinerari
Dimarts 21	19 h	Colaboratorio sincronia	Col·laboracions
Dimecres 22	19 h	aficioná	Arts escèniques
Dijous 23	19 h	We love Rocksound, la sala més gran de Barcelona	Cinema documental musical
Divendres 24	17.30 h	Paisatges. Estudi #1	Espectacle familiar

## AGENDA

### MARÇ

Dimecres 1	17 h	Mey Rahola (1897-1959): la nova fotogràfa	Itinerari
Dijous 2	19 h	BCN Improfest: Recycle music	Inauguració exposició
Divendres 3	20 h	BCN Improfest	Col·laboracions
Dissabte 4	20 h	Barnasants	Col·laboracions
Diumenge 5	11 h	Les plantes que ens alimenten (2a part)	Itinerari
Dijous 9	19 h	This is national wake	Cinema documental musical
Divendres 10	20 h	Grauwi i Marta Cascales	Concert – Amazones
Dijous 16	19 h	Dones del barri	Musicalment parlant
Divendres 17	17.30 h	Dones pirata	Activitat familiar
Divendres 17	20 h	Amaia Miranda	Concert – Amazones
Dissabte 18	11 h	La memòria gitana i la rumba catalana a l'EcoMuseu Urbà Gitano: un espai per resistir a l'oblit	Itinerari
Dissabte 18	20 h	Barnasants	Col·laboracions
Dimecres 22	19 h	Cos(i)ficades	Arts escèniques
Dijous 23	20 h	La jam de l'Albareda	Col·laboracions
Divendres 24	20 h	Fera y las disidentes	Concert – Amazones
Dissabte 25	17.30 h	Le Voyage	Espectacle familiar

## CALENDARI TALLERS

### DILLUNS

De 16.45 a 17.45 h Música per als més petits (de 16 mesos a 3 anys)

De 18 a 19 h Creixent amb música (de 3 a 6 anys)

De 18 a 19.30 h Tècniques de cant: rock i pop

De 18.30 a 19.45 h Ritme per a dummies

De 18.30 a 20.30 h Aquarel·la: paisatges d'hivern

De 19.15 a 20.15 h Gimnàstica abdominal hipopressiva

De 19.45 a 21.15 h Cant i tècnica vocal

De 20 a 21.30 h Combo de blues: del blues al soul

De 20.30 a 21.45 h Pilates

### DIMARTS

De 18 a 19.15 h Ballet per a adults

De 18.45 a 20 h Guitarra elèctrica

De 19 a 20.30 h Feminisme per fascicles: lectures feministes per sobreviure al segle XXI

De 19.15 a 20.30 h Harmònica de blues: tongue blocking

De 19.30 a 20.45 h Hatha ioga

De 19.30 a 21 h Iniciació a l'estudi de so, enregistrament i mescla (2n nivell)

### DIMECRES

De 18.15 a 19.30 h Twerking

De 19 a 21 h Kokedames

De 19.45 a 21 h Ukelele (iniciació)

De 20 a 21 h Fit boxing

### DIJOUS

De 18.45 a 20 h Guitarra acústica i clàssica (iniciació)

De 18.30 a 20.30 h Collage (iniciació)

De 19.45 a 21 h Tai-txi

De 20 a 21.15 h Guitarra acústica i clàssica (elemental)

# TALLERS

## INSCRIPCIONS

**A partir del 13 de desembre**  
**Inscripció presencial**  
**al centre:**

De dilluns a divendres,  
de 9 a 14 i de 16 a 22 h  
Dissabte, de 16 a 22 h  
Es recomana el pagament  
amb targeta.

**Inscripció en línia:**

A partir del 13 de desembre  
a les 7 h  
[albarda.inscripcionscc.com](http://albarda.inscripcionscc.com)

## INFORMACIÓ DELS TALLERS

**Preinscripcions: de l'1 al 12**  
**de desembre**

**Data d'inici dels tallers:**

setmana del 23 de gener, tret  
que se n'indiqui una altra.

**Durada:** 7 setmanes, tret que  
se n'indiqui una altra.

**Pagament:** un únic pagament  
en el moment de formalitzar la  
inscripció. Un cop tancades les  
inscripcions, no se'n retornarà  
l'import. Es pot fer en línia o pre-  
sencialment.

**Reducció i subvenció dels im-  
ports als tallers:** per a més in-  
formació, adreceu-vos al mateix  
centre.

**Import trimestral:** el preu in-  
clou totes les sessions.

**Places limitades:** els grups  
hauran de tenir un mínim  
d'inscrits per poder impar-  
tir-los, i disposen de places  
limitades.

## MÚSICA

### RITME PER A DUMMIES

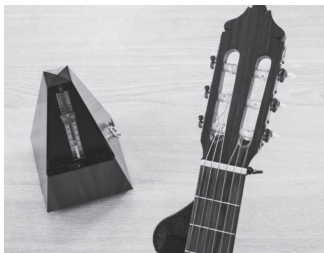
Dilluns, de 18.30 a 19.45 h

Inici: 23 de gener (7 sess.)

Preu: 32,92 €

**Professor: Sergi Blanch**

Et costa cantar i tocar a la ve-  
gada? Aprendrem tocar a tem-  
po amb el metrònom i a tocar  
polirítmies, practicarem el sol-  
feig i la guitarra rítmica. Segui-  
rem patrons de diferents estils  
(pop, soul, blues, funk, reagne)  
i desenvoluparem un mètode  
perquè les teves cançons sonin  
amb més groove. Taller adreçat  
a instruments de corda (guitar-  
ra acústica i ukelele). Si no has  
realitzat el curs a la tardor cal  
que tinguis coneixements del  
ritme (negres, corxeres i silen-  
cies). L'alumnat ha de portar  
l'instrument.



### GUITARRA ELÈCTRICA

Dimarts, de 18.45 a 20 h

Inici: 24 de gener (7 sess.)

Preu: 54,84 €

**Professor: Jesús Ruiz**

Treballarem la guitarra solista  
i la guitarra rítmica, tant en el  
rock com en el blues i el jazz.  
Aprendrem a tocar la guitarra  
de manera fàcil, progressiva i  
lúdica. L'alumnat ha de portar  
l'instrument, pedal de distorsió  
o petita pedalera d'efectes, dos  
jacks i pua.



---

## GUIARRA ACÚSTICA I CLÀSSICA (INICIACIÓ)

---

Dijous, de 18.45 a 20 h  
Inici: 26 de gener (7 sess.)  
Preu: 32,92 €

**Professor: Jesús Ruiz**

---

Per a persones que comencen de zero o amb coneixements bàsics de l'instrument. L'alumnat ha de portar l'instrument.

---

## GUIARRA ACÚSTICA I CLÀSSICA (ELEMENTAL)

---

Dijous, de 20 a 21.15 h  
Inici: 26 de gener (7 sess.)  
Preu: 32,92 €

**Professor: Jesús Ruiz**

---

Cal tenir un nivell mitjà de l'instrument i ganes de continuar aprenent. L'alumnat ha de portar l'instrument.

---

## UKELELE (INICIACIÓ)

---

Dimecres, de 19.45 a 21 h  
Inici: 1 de febrer (7 sess.)  
Preu: 32,92 €

**Professor: Ivan Illici**

---

Un instrument per passar molt bones estones sol o amb companyia. Amb poques sessions podràs tocar les teves cançons preferides. L'alumnat ha de portar l'instrument. No cal tenir coneixements musicals.



---

## HARMÒNICA DE BLUES: TONGUE BLOCKING

---

Dimarts, de 19.15 a 20.30 h  
Inici: 24 de gener (7 sess.)  
Preu: 32,92 €

**Professor: Lluís Souto**

---

Aprèn a fer sonar aquest petit gran instrument a ritme de blues. En aquest taller estudiarem la tècnica tongue blocking, que permet combinar notes i

acords alhora. No cal tenir coneixements previs. L'alumnat ha de portar l'harmònica diatònica afinada en A (LA).



---

## COMBO DE BLUES: DEL BLUES AL SOUL

---

Dilluns, de 20 a 21.30 h  
Inici: 23 de gener (7 sess.)  
Preu: 39,51 €

**Professor: Sergi Blanch**

---

L'evolució de la música negra ens porta cap a la música soul. Analitzarem en profunditat temes d'artistes com Ray Charles, Aretha Franklin, Etta James o Otis Redding. Cal tenir un nivell intermedi de música. L'alumnat ha de portar l'instrument. Per finalitzar el curs, farem una jam session oberta.

---

## TÈCNiques DE CANT: ROCK I POP

---

Dilluns, de 18 a 19.30 h  
Inici: 30 de gener (7 sess.)  
Preu: 39,51 €

**Professora: Romina Krieger**

---

Desenvolupa el teu potencial vocal mitjançant les tècniques de cant del rock i pop. Treballaràs la respiració conscient, control de la veu i trobaràs el teu estil personal cantant cançons emblemàtiques del repertori pop i rock, a diverses veus. Al repertori s'inclouen cançons en anglès. No cal experiència vocal ni musical.

---

## CANT I TÈCNICA VOCAL

---

Dilluns, de 19.45 a 21.15 h  
Inici: 30 de gener (7 sess.)  
Preu: 39,51 €

**Professora: Romina Krieger**

---

Sempre t'ha agradat cantar però per alguna raó no t'hi has

llençat? Aprendre els coneixements bàsics de la tècnica del cant, a desbloquejar-te i a descobrir-te la veu per tal que cantar esdevingui un autèntic plaer. Al repertori s'inclouen cançons en anglès. No cal experiència vocal ni musical.



## INICIACIÓ A L'ESTUDI DE SO, ENREGISTRAMENT I MESCLA (2N NIVELL)

Dimarts, de 19.30 a 21 h  
Inici: 31 de gener (7 sess.)  
Preu: 39,51 €

**Professor: Florian Gasperini**

Taller dividit en tres blocs trimestrals, dissenyat per a tots aquells que vulguin introduir-se en el món de l'enregistrament sonor on explicarem conceptes bàsics de teoria sonora, practicarem amb components bàsics d'enregistrament i aprendrem a mesclar correctament. En aquest segon trimestre enfocarem l'aprenentatge en software d'enregistrament a estudi i pràctiques a buc d'assaig.

## RECURSOS

## FEMINISME PER FASCICLES: LECTURES FEMINISTES PER SOBREVIVRE AL SEGLE XXI

Dimarts, de 19 a 20.30 h  
Inici: 31 de gener (6 sess.)  
Preu: 33,87 €

**Professora: Carlota Freixenet, de La Carbonera llibreria**

Ets feminista i vols estar absolutament al dia dels debats que ens couen? Aquí llegirem juntes, preparant-nos per a debatre amb més coneixements. Aquest trimestre llegirem Més enllà de la

perifèria de la pell de Sílvia Federici i treballarem el concepte de cos, parlarem de grassofòbia, de body neutral, de medicina i dones i de les barreres que ens posem i que ens posen als cossos.

## CREATIVITAT

## KOKEDAMES

N

Dimecres, de 19 a 21 h  
Inici: 8 de febrer  
Preu: 7,53 €

**Professor: Gus Pedrazzoli, de Terraneo**

Crea amb les mans un test natural amb materials orgànics. Aprendre sobre la kokedama, el concepte de wabi-sai i els secrets de l'art art japonès. No cal tenir coneixements previs. Curs amb suplement per material.



## COLLAGE (INICIACIÓ)

N

Dijous, de 18.30 a 20.30 h  
Inici: 2 de febrer (5 sess.)  
Preu: 37,63 €

**Professora: Isis Navarro**

A través del reciclatge de materials descobrirem la llibertat plàstica de la tècnica del collage, aprofundint en aspectes essencials de la composició, la teoria del color i l'estil. A partir d'exercicis senzills ens aprofitarem a un llenguatge artístic propi. No cal tenir coneixements previs. Curs amb suplement per material.



---

## AQUAREL·LA: PAISATGES D'HIVERN

---

Dilluns, de 18.30 a 20.30 h  
Inici: 23 de gener (5 sess.)  
Preu: 37,63 €

**Professora: Clarissa Ferrario,  
de La Botànica Barcelona**

---

Amb la tècnica de l'aquarel·la crearem peces artístiques representant paisatges d'hivern i introduïrem motius hivernals com la neu i el gel, jugant amb tonalitats grises, blanques, verdes blaves. No cal tenir coneixements previs. Curs amb suplement per material.



---

## EXPRESSIONÍ

---

---

## TWERKING

---

Dimecres, de 18.15 a 19.30 h  
Inici: 25 de gener (7 sess.)  
Preu: 32,92 €

**Professora: Karmen Kueliyar**

---

Mou els malucs a ritme de hip-hop o dancehall mentre tonifiques les cames, glutis i cintura. Entra en contacte amb la cultura musical i dansa africana amb aquest ball sensual per a l'empoderament femení.

---

## BALLET PER A ADULTS

---

Dimarts, de 18 a 19.15 h  
Inici: 24 de gener (7 sess.)  
Preu: 32,92 €

**Professora: Xènia Lanau**

---

T'ofereim l'excusa perfecta per introduir-te de nou o per primera vegada en la dansa clàssica. Treballarem la tècnica bàsica del ballet i petites coreografies que ens ajudaran a mantenir-nos en forma i a millorar la postura i el coneixement corpo-

ral. Tindrem barra de ballet per practicar bé la tècnica.



---

## SALUT

---

---

## FIT BOXING

---

Dimecres, de 20 a 21 h  
Inici: 25 de gener (7 sess.)  
Preu: 26,34 €

**Professor: Miquel Antolin**

---

Entrenament funcional a través de la boxa on, a més d'aprendre a defensar-nos, tonificarem la musculatura i farem càrdio per desfogar-nos respectant el nostre cos i el dels altres. Apte per a tots els nivells. Cal portar guants i proteccions.

---

## PILATES

---

Dilluns, de 20.30 a 21.45 h  
Inici: 23 de gener (7 sess.)  
Preu: 32,92 €

**Professor: Tomás Andrada**

---

Una fusió de disciplines i un sistema d'exercicis saludables que ajuda a sentir-nos en plenitud, a la vegada que enforteix el to muscular i millora la postura corporal.

---

## HATHA IOGA

---

Dimarts, de 19.30 a 20.45 h  
Inici: 24 de gener (7 sess.)  
Preu: 32,92 €

**Professora: Verónica Strukelj**

---

Prendre consciència del propi cos. El ioga treballa l'equilibri, harmonia i vitalitat per guanyar flexibilitat, relaxar tensions i millorar la postura mitjançant tècniques respiratòries, físiques i relaxació.



---

## GIMNÀSTICA ABDOMINAL HIPOPRESSIVA

---

Dilluns, de 19.15 a 20.15 h  
Inici: 23 de gener (7 sess.)  
Preu: 26,34 €

**Professor: Borja Morera**

---

Activitat que ajuda a reduir el perímetre abdominal i aporta millores en l'àmbit estètic, postural i funcional. Treballarem la faixa abdominal per tenir cura de l'esquena i prevenir i/o tractar problemes relacionats amb el sòl pelvià.

---

## TAI-TXI

---

Dijous, de 19.45 a 21 h  
Inici: 26 de gener (7 sess.)  
Preu: 32,92 €

**Professora: Gemma Ordóñez**

---

Una pràctica que se centra en el moviment i la respiració per treballar la resistència, la flexibilitat i l'equilibri que ens portin a assolir beneficis físics i mentals. Combinació perfecta entre exercici físic i mental.

---

## FAMILIARS

---

Les inscripcions als tallers per a infants i tallers familiars han de fer-les el pare, la mare o el tutor legal de l'infant. Els infants hauran de venir acompanyats d'un adult (gratuït per a l'adult acompanyant).

---

## MÚSICA PER ALS MÉS PETITS

---

Per a infants de 16 mesos a 3 anys  
Dilluns, de 16.45 a 17.45 h  
Inici: 30 de gener (7 sess.)  
Preu: 37,27 €

**Professora: Gabriela Luchilo**

---

Activitats musicals d'audició, aprenentatge de cançons, contes musicats i altres activitats que combinen música amb materials de suport; pensades per estimular i desenvolupar la capacitat cognitiva dels nadons a través de l'escolta i l'atenció.



---

## CREIXENT AMB MÚSICA

---

Per a infants de 3 a 6 anys  
Dilluns, de 18 a 19 h  
Inici: 30 de gener (7 sess.)  
Preu: 37,27 €

**Professora: Gabriela Luchilo**

---

Aprendrem cançons, danses, provarem diversos instruments de percussió i descobrirem diferents músiques mitjançant audicions. Activitats pensades per estimular i desenvolupar la capacitat cognitiva dels infants a través de l'escolta i la participació en la música.

---

# PROGRAMACIÓ CULTURAL

---

## CONCERTS

AMAZONES

LA CARBONERA

COL·LABORACIONS

## ARTS ESCÈNIQUES

CINEMA DOCUMENTAL MUSICAL

MUSICALMENT PARLANT

EXPOSICIONS

ACTIVITATS EN FAMÍLIA

ITINERARIS

**Activitats gratuïtes amb reserva prèvia. Cabuda limitada. Reserves en línia a <https://albareda.inscripcionscc.com>, presencialment o per telèfon: 934 433 719.**

Es poden reservar fins a dues entrades per persona a partir del dilluns de la setmana de l'activitat.

## Subscriu-te al butlletí

Setmanalment rebràs l'agenda d'activitats:



## MÚSICA

### AMAZONES

Cicle vinculat al 8M, amb projectes protagonitzats i liderats per dones i/o dissidències.

#### GRAUWI + MARTA CASCALES

PS

Divendres 10 de març, a les 20 h

El projecte conjunt de les barcelonines Carla Gimeno (veu) i Marta Cascales Alimbau (piano). La seva proposta de pop intimista dibuixa un vèrtex d'unió entre dos estils aparentment molt diferents. En ella conflueixen música i lletra, delicadesa i cruesa, piano i veu.



#### AMAIA MIRANDA

PS

Divendres 17 de març, a les 20 h

Enganxada a una guitarra des de nena, hi estableix un vincle profund que l'atrapa; des d'aquí crea i canta les cançons de lletres senzilles que traslladen qui l'escolta a un univers de calma, bellesa i sensibilitat. Cruesa, silenci i fusta. Inclòs dins el circuit Barcelona Districte Cultural.



#### FERA Y LAS DISIDENTES

PS

Divendres 24 de març, a les 20 h

Projecte nascut de l'activisme musical underground lèsbic, queer i transfeminista barceloní. Sense gènere ni etiquetes i impulsat per l'activista i artista multidisciplinar Fera (Thais Cuadreny). És Riot Queer explosiu, una barreja de sons que desafien qualsevol gènere musical i un directe salvatge carregat de personalitat on l'intercanvi d'energia amb el públic és el protagonista.



---

## LA CARBONERA

---

Un cicle que mostra els grups que tiren endavant els seus projectes a l'Albareda. En aquests concerts veureu què es cou setmana rere setmana als bucs d'assaig del centre.

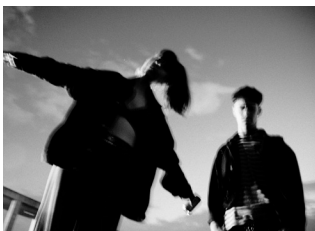
---

## MALÁNIMA

---

Divendres 20 de gener, a les 20 h

Artista menorquí que es troba en un punt entremig entre la cançó d'autor i la música electrònica. S'acompanya de guitarra elèctrica, espanyola i beats i crea una atmosfera que es complementa amb les projeccions audiovisuals i cors d'Iris Medina.



---

## POLYKLYN

---

Divendres 27 de gener, a les 20 h

Power duo punk. Trenteenagerisme ebrenc a Barcelona. Un grup que hauria d'haver estat creat a l'adolescència, però com que mai és tard, ho ha fet a la trentena. Les seves lletres van des de la descripció de situacions quotidianes i personals a renecs sobre allò que creuen injust. Especialistes en crits i soroll.



---

## NIHAN DEVECIOGLU & SASHA AGRANOV

---

Divendres 3 de febrer, a les 20 h

Un viatge musical divers i intercultural de sons i cançons teixit a través de la poesia i la trobada humana. Música tradicional i original en hebreu i turc, editada i recomposta amb la veu i loop de Nihan Devecioglu i al violoncel i efectes electrònics de Sasha Agranov.



---

## COL-LABORACIONS

---

---

### EXTRAMOSTRA

---

Dissabte 14 de gener, 17 h

El festival de música independent La Mostra presenta #ExtraMostra. Una programació regular d'artistes locals i d'altres propostes que no tenen cabuda en el circuit habitual. Consulteu el web per veure el preu i la programació.

---

### CARLOS SARDUY

---

Divendres 17 de febrer, a les 20 h

Un viatge musical, màgic i brillant a través d'un discurs melòdic, sensible, característic d'un llenguatge personal on es reflecteix el coneixement sobre la música afrocaribà i el mestratge per desenvolupar-se al jazz de manera innovadora. Inclòs dins el circuit Barcelona Districte Cultural.



---

### COLABORATORIO SINCRONIA

---

Dimarts 21 de febrer, a les 19 h

PS

Es compartiran els resultats de l'espai de creació musical col·lectiu entre dones i dissidències, migrades i/o racialitzades amb interès en la música (amb o sense formació musical), que s'ha desenvolupat els darrers mesos als bucs d'assaig de l'Albareda. Un diàleg reflexiu i d'escolta musical obert. Amb Naiara Armendariz i Francisca Casas-Cordero.

---

### BCN IMPROFEST RECYCLE MUSIC

---

Divendres 3 de març, a les 20 h

La 9a edició del BCN ImproFest posa el seu gra de sorra cap a un món sostenible i menys consumista. Aquest any presenta músiques creades i composades amb elements reciclats de ferralla però amb sonoritats increïbles. Música acústica i com sempre improvisada on Jesús Asenjo, l'artista convidat, presentarà el projecte *Llantats*.

---

### LA JAM DE L'ALBAREDA

---

Dijous 23 de març, a les 20 h

Porta l'instrument i participa a la jam de blues, soul i funk amb altres músics. Inscriu-te al web, on trobaràs un llistat de temes que et pots preparar. Obriran la sessió els alumnes dels cursos de música de l'Albareda i després hi podrà pujar tothom qui ho vulgui. Ho coordina Sergi Blanch, professor del taller de combo.

---

### BARNASANTS

---

De febrer a març

Col·laboració amb el festival de cançó d'autor en la seva 28a edició. En aquests concerts podreu prendre el pols dels projectes emergents i consolidats de la cançó entesa en un sentit ampli. Consulteu el web per veure la programació i el preu.

---

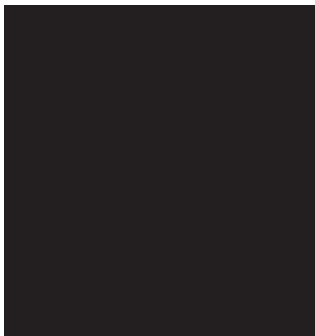
## ARTS ESCÈNIQUES

### COSAS DE NEGROS

PS

Dimecres 18 de gener, a les 19 h  
A Centre Cívic El Sortidor  
Teatre, música i poesia

Melanina Brown, personatge creat per l'actriu i cantant Cecília Bellorín, parla sense embuts dels negres. Vol apropar-nos als personatges de l'afrocultura veneçolana, negres il·lustres com El Negro Matea o La Negra Hipólita. Un espectacle en clau d'humor, ple de vida, de poesia, de musicalitat, així com d'ironia i crítica anti-racista! Activitat a Centre Cívic El Sortidor en el marc de l'exposició *Cecília, una veneçolana del Poble-sec*, que es podrà visitar fins al 31 de gener a l'Albareda.



### AFICIONÁ

PS

Dimecres 22 de febrer, a les 19 h  
Dansa

Una conferència ballada que tracta sobre l'afició al flamenc. El procés d'aprenentatge de la dansa flamenca es barreja amb la nostra biografia, parteix de la il·lusió, però passa pel neguit i la frustració de no arribar als estàndards. Aquest condicionant esdevé una oportunitat per crear altres llenguatges expressius i ens obliga a posar en joc altres experteses. A càrrec d'Ana Macaya.



### COS(I)FICADES

PS

Dimecres 22 de març, a les 19 h  
Circ, dansa, teatre i fang

Un espai per reflexionar sobre els cossos que habitem. Cossos que ens venen donats, que no hem triat i amb els que estem compromeses a viure tota una vida. Un espectacle que a partir del fang, el circ, la dansa, el teatre, la música en viu i l'humor, ens transporta a un univers on podem parlar sobre el cos sense tabús. A càrrec de la Cia. Las Chicas del barro.



---

## CINEMA DOCUMENTAL MUSICAL

---

Cicle de cinema documental musical amb actuacions prèvies, projeccions i debats. Hi col·laboren: IN-EDIT i Barcelona Districte Cultural.

---

### MATERIAL SIRLES: UN SEPTENNI

---

Dijous 9 de febrer, a les 19 h

Remenat de vídeos privats, festes, xerrades, entrevistes i concerts del grup català de punk-rock garatger Els Surfing Sirles (2006-2013). Tan caòtic i efervescent com ells mateixos, condensa l'humor, la rauxa i la brillantor d'uns amics que cantaven als ionquis, a les pubilles i als "punkis rumberos", i es fotien de déu i sa mare.



---

### WE LOVE ROCKSOUND, LA SALA MÉS GRAN DE BARCELONA

---

Dijous 23 de febrer, a les 19 h

Durant 12 anys i 4 mesos, la sala Rocksound BCN a la cantonada d'Almogàvers amb Pamplona va ser petit gran temple de l'underground rocker barceloní. Aquest és un sentit i humil homenatge en el qual els seus responsables, músics, periodistes i promotors clamen la importància de quatre parets que només l'especulació urbanística va poder silenciar.



---

### THIS IS NATIONAL WAKE

---

Dijous 9 de març, a les 19 h

Que The Clash eren uns rebels? Espera a descobrir la bonica i tràgica història del grup punk-rock que va desafiar el règim feixista de l'apartheid a Sudàfrica. National Wake era un grup multiracial que ho va arriscar tot en un moment en que era il·legal que blancs i negres toquessin o visquessin junts. El documental inclou gravacions en Super 8 dels seus concerts, autèntics actes de resistència, i arxiu inèdit de la contracultura antiracista del país a finals dels 70.



---

## MUSICALMENT PARLANT

---

Cicle de xerrades i sessions musicals en format radiofònic per escoltar i pensar la música.

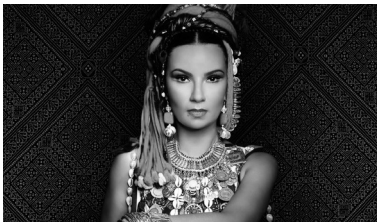
---

### SONS ARÀBICS: DE TÀNGER A BEIRUT

---

Dijous 19 de gener, a les 19 h

Una sessió per descobrir cançons del panarabisme i de l'escena actual al món àrab. Escoltarem músiques tradicionals, pop, indi o electro d'artistes emergents com Oum o Sama Abdulhadi i consagrats com Warda o Malleck Mohamed. Amb Sarah Ardite.



---

### CARNAVALS DE CARRER AL BRASIL: TRADICIÓ I DISSIDÈNCIA

---

Dijous 16 de febrer, a les 19 h

Coneguda com la festa popular més gran del món, atreu milions de persones a Rio de Janeiro, São Paulo, Olinda, Salvador. Basant-nos en la recerca històrica, iconogràfica, musical i social, proposem un viatge als principals aspectes que constitueixen la identitat del Carnaval de Carrer, oposat en gran mesura a les formes oficials de celebració d'aquesta data. Amb Henrique Mendonça, historiador i artista.



*Foto: Henrique Mendonça: Collage digital del carnaval de Rio de Janeiro (Angelo Agostini/Orquestra Voadora)*

---

### DONES DEL BARRI

---

Dijous 16 de març, a les 19 h

PS

Una selecció musical narrada per dones que van tenir el plaer de créixer amb la salsa durant la construcció dels barris populars als anys 80 a la reconeguda "Capital mundial de la salsa", Santiago de Cali, Colòmbia. Melómana Linaza presenta l'audició amb les selectores Eliana Nuskwe, Mellisa Saavedra, Cristina Cano, Diana Delgado, Jenny Alzate, Vanesa Canizales, Zully Ortiz, Lina Calderón, Isabel Molina, Claudia Giraldo, Tania Mena.

---





## EXPOSICIONS

### CECILIA, UNA VENEÇOLANA DEL POBLE-SEC

PS

Del 10 al 31 de gener

Inauguració: dimarts 10 de gener, a les 19 h

Cecilia Bellorín és una actriu, cantant, poeta i show woman veneçolana arrelada al Poble-sec. La seva personalitat artística i humana exhuberant, generosa, social i apassionada fa que sigui una persona estimada i valorada. Exposició a càrrec de l'Associació cultural La BiblioMusiCineteca.



Foto: Ricard Cugat

#### Activitats paral·leles:

##### Cosas de negros

Dimecres 18 de gener, a les 19 h

A Centre Cívic El Sortidor

##### Cecilia 100x100

Dijous 26 de gener, a les 18.30 h

Al Centre Cultural Albareda

### INDIESIDE: L'ESCENA INDEPENDENT MUSICAL A ESPANYA ALS ANYS 90

Del 2 al 28 de febrer

Inauguració: dijous 2 de febrer, a les 19.30 h

A principis dels 90 es va anar conformant una escena indie estatal que va comptar amb un escàs suport mediàtic. Encara que molts grups coincidissin a sales de Madrid, Catalunya també comptava amb els seus grups dj, mitjans i sales. Vaig tenir la sort de ser al lloc i en el moment adequat, fotografiant aquests nous grups en concerts i entrevistes. Ara, gairebé 30 anys després, ha arribat el moment de compartir-ho amb vosaltres.

Fotografies de Nathalie Paco.

Una exposició del Minifestival.

Festival de música independent de Barcelona.



### IMPROFEST RECYCLE MUSIC

Del 2 al 29 de març

Inauguració: Dijous 2 de març a les 19 h

A càrrec de Jesús Asenjo, artista convidat del BCN Improfest 2023. Exposarà el treball de creació d'instruments a base de ferralla des de la seva base taller estudi a Monells, Baix Empordà.

#### Activitats paral·leles:

##### BCN Improfest 2023

Divendres 3 de març, 20 h

---

## ACTIVITATS EN FAMÍLIA

---

Entrada gratuïta amb reserva prèvia, en línia a <https://albareda.inscripcionscc.com>, presencialment o trucant al 934 433 719. Es poden reservar fins a dues entrades (dos infants) per persona per als tallers familiars i fins a quatre entrades (infants i adults) per als espectacles en família. Cabuda limitada. Les reserves es podran fer a partir del dilluns de la setmana de l'activitat o espectacle.

---

### IMPOSSIBLE?

---

Teatre d'ombres i objectes  
Dissabte 28 de gener, a les 17.30 h  
Espectacle familiar

Dues vides, dues històries, el mar i la terra; totes dues sostenen la vida del Planeta Terra. La vivència de dues persones, de dues guerres reals, que han destinat part del seu temps i energia a cuidar l'espai i el medi que ens sosté. Afroz Shah qui va aconseguir que les tortugues tornessin a la platja i Julia Butterfly que des de 60m d'alçada va evitar que talessin tot un bosc. A càrrec de Frobvia.



---

### LES MÀSCARES DE BRUNO MUNARI

---

Divendres 10 de febrer, a les 17.30 h  
Activitat a partir de 6 anys

Bruno Munari va ser un artista i dissenyador italià que va revolucionar el món de les arts visuals durant la primera meitat del segle XX. Celebrarem el Carnestoltes tot creant i construint la nostra pròpia màscara seguint el seus patrons de disseny. A càrrec de Marina Sáez.



---

### PAISATGES. ESTUDI #1

---

Divendres 24 de febrer, a les 17.30 h  
Dansa i música en directe  
De 0 a 5 anys

Espectacle participatiu per a famílies amb nadons i petita infància. Les dues ballarines, seguint la música del pianista en directe, dibuixen amb el cos i amb cinta de pintor que van enganxant a terra un imaginari suggerent. Una peça de CreaMoviment que dona molt de joc i construeixen una experiència bonica i increïble al seu públic reduït. Inclòs dins el circuit Barcelona Districte Cultural.



## DONES PIRATA

PS

Divendres 17 de març, a les 17.30 h  
Contacontes a partir de 4 anys

Qui ha dit que les noies no poden ser pirates? Una sessió de contacontes en la que descobrirem Daniela la pirata, i moltes altres noies pirata de la història, marineres sense carnet de vaixell i moltes d'altres. A l'abordatge! Amb La Carbonera Llibreria.



## LE VOYAGE

Dissabte 25 de març, a les 17.30 h  
Per a tots els públics  
Clown, humor gestual i circ, sense paraules

L'emotiva història d'un personatge que marxa de forma inesperada amb tot posat. Des de la dolçor, el conegut clown construeix un personatge molt pur i una estètica cuidada a partir d'elements molt senzills per crear tot un univers. Amb la participació de la canalla i alguns elements de malabars i màgia posa damunt d'escenaris el tema de la migració. Espectacle de JAM dins el circuit Barcelona Districte Cultural.



## ITINERARIS

Entrada gratuïta amb reserva prèvia. Places limitades. Reserves **23 de gener** (per als de gener i febrer) i **20 de febrer** (per als de març) i a partir de les 10 h en línia o presencialment. El punt de trobada es comunicarà un cop tancat el grup. Itineraris coorganitzats amb el Centre Cívic El Sortidor.

## BARCELONA 1992: TRENTA ANYS DESPRÉS

Dissabte 28 de gener, a les 11 h

Un recorregut històric des dels inicis de la dècada dels vuitanta, en què es va gestar la candidatura, fins a la celebració dels Jocs Olímpics i Paralímpics. Un espai de reflexió amb l'objectiu de fer una lectura de l'herència olímpica transcorreguts 30 anys. Amb el Castell de Montjuïc.

## PAUL KLEE I ELS SECRETS DE LA NATURA

PS

Divendres 3 de febrer, a les 16.30 h

La fascinació que l'artista va sentir per l'observació de la natura i pels fenòmens naturals. La mostra presenta l'obra d'altres artistes que també van investigar aspectes fenomenològics naturals però que, pel fet de ser dones, no han rebut l'atenció ni el tractament que mereixien. Amb la Fundació Joan Miró.

---

## **VISITA AL MUSEU OLÍMPIC DE L'ESPORT JOAN ANTONI SAMARANCH**

---

Dissabte 11 de febrer, a les 11 h

---

Coneixerem els orígens de l'olimpisme, la història de la pràctica esportiva a Catalunya, la celebració dels Jocs de Barcelona'92 així com el gran ventall d'esports que es practiquen a tot el món. Amb el Museu Museu Olímpic i de l'Esport Joan Antoni Samaranch.

---

---

## **PRESTIGE: CRÒNICA D'UNA CATÀSTROFE**

---

Dimarts 21 de febrer, a les 17 h

---

Aprofitant que al novembre d'enguany ha fet 20 anys del desastre del Prestige, abordarem aquest fet des d'una perspectiva ecologista, valorant l'impacte que va tenir aquest accident per al medi ambient i l'economia de les comunitats pesqueres. Amb el Museu Marítim de Barcelona.

---

---

## **MEY RAHOLA (1897-1959): LA NOVA FOTÒGRAFA**

---

Dimecres 1 de març, a les 17 h

---

PS

Una de les primeres dones en fer-se un nom en l'àmbit de la fotografia artística a Espanya. Va participar en la construcció del nou paper de la dona en l'esfera pública durant la II República: una dona independent, viatgera, empàtica i irònica. Amb el Museu Nacional d'Art de Catalunya.

---

---

## **LES PLANTES QUE ENS ALIMENTEN (2A PART)**

---

Diumenge 5 de març, a les 11 h

---

Les plantes alimentàries sempre han estat presents a la nostra gastronomia. Coneixerem les plantes que ens alimenten, provinents de diferents parts del món i que gaudeixen del nostre clima mediterrani. Amb l'Associació d'Amics del Jardí Botànic.

---

---

## **LA MEMÒRIA GITANA I LA RUMBA CATALANA A L'ECOMUSEU URBÀ GITANO: UN ESPAI PER RESISTIR A L'OBLIT**

---

Dissabte 18 de març, a les 11 h

---

Coneixerem l'espai museístic que el 2021 va obrir les portes al públic amb la intenció de preservar i difondre el patrimoni cultural de la comunitat gitana del Carrer de la Cera. Amb Carabutsí i la Xarxa BCN Antirumors.

---



---

## EL CENTRE

---

---

## ENTITATS

---

---

### ALIANÇA MONSTRUOSA

---

Cor Monstruós és un grup coral amb perspectiva feminista/queer/LGTB+, des d'on volem enfortir la comunitat aprenent a cantar juntes i compartint espais d'oci. Totes les veus són benvingudes! Per a més informació: [hola@espaiqwerty.org](mailto:hola@espaiqwerty.org)

---

### ASSOCIACIÓ DIABLES DEL POBLE-SEC

---

Vols formar part de la nostra entitat? Tenim una secció d'adults, Diables del Poble-sec, una secció infantil, Fills de Satan del Poble-sec i una secció de percussió, Tabalers del Poble-sec. [diables@diablsdelpoblesec.org](mailto:diables@diablsdelpoblesec.org) i a Instagram: @diablsdelpoblesec

---

### ASSOCIACIÓ ASPERGER NEW LIFE

---

Activitats per a persones diagnosticades amb TEA. Tallers d'arts i grupals, per fomentar el benestar i la vida independent entre els joves. [aspergernewlife.org](http://aspergernewlife.org)

---

### CATALÀ PER A ADULTS

---

El Centre de Normalització Lingüística de Barcelona a Sants-Montjuïc ofereix diversos cursos per aprendre i millorar el català. Més info: 934 912 797.

---

### CLUB PETANCA POBLE-SEC

---

De dimarts a dijous, d'11 a 13 h, pots anar a les pistes ubicades al parc de les Tres Xemeneies i demanar per Juan Galindo o Ricardo Rodríguez; t'ensenyaran aquest esport i passaràs una estona divertida. Gratuït, sense inscripció prèvia i per a totes les edats.

---

### GRALLES DELS CASTELLERS

---

Ets músic i et ve de gust aprendre a tocar la gralla o el tabal amb els Castellars del Poble-sec? [castellersdelpoblesec.cat](mailto:castellersdelpoblesec.cat) i [musics@castellersdelpoblesec.cat](mailto:musics@castellersdelpoblesec.cat)

---

### GRALLES I TABALS DEL POBLE-SEC

---

Els Geganters i Grallers del Poble-sec fan setmanalment un assaig obert a qui vulgui aprendre a tocar la gralla o el timbal per acompanyar les cercaviles dels gegants del barri. Porta l'instrument i rebràs un curs impartit pels membres de la colla. [gegants@delpoblesec.org](mailto:gegants@delpoblesec.org)

---

### SC ELS MODERNS

---

Vols participar en una banda de trompetes i tambors? Vine amb nosaltres! Som Els Moderns del Poble-sec, una entitat fundada el juliol del 1926. [s.c.modernspoblesec@gmail.com](mailto:s.c.modernspoblesec@gmail.com)

---

### SOMSÒ BATUCADA

---

Grup de batucada transfeminista format per dones i identitats dissidents, assembleària i autogestionada del barri del Poble-sec. Mogudes per la música i la lluita per a la transformació social, regularment assagen als bucs d'assaig del centre. Per a més informació: [donesirepercussio@gmail.com](mailto:donesirepercussio@gmail.com)

---

### SUSOESPAI, CREACIÓ I SALUT MENTAL

---

Entitat que apropa la creació i la vivència de l'art a persones que conviuen amb un trastorn de salut mental, afavorint-ne la inclusió i socialització, així com proporcionant estímuls i motivacions per desenvolupar la creativitat. [info@susoespai.org](mailto:info@susoespai.org)

---

---

## **UNIDOS DE BARCELONA**

T'agrada la samba? Percussió brasilera, ball i fantasia formen part d'aquesta escola de sam-

ba. Participa amb nosaltres a les grans desfilades de carnaval i altres esdeveniments amb més de 100 persones.  
unidosdebarcelona@gmail.com

---

## **PROJECTES**

---

---

### **DO D'ACORDS**

L'Orquestra infantil i juvenil del Poble-sec és un projecte socioeducatiu de l'associació Integrasons adreçat a infants i joves del Poble-sec. Ensenyament d'instruments musicals i creació artística i comunitària com a mitjà per al desenvolupament d'aptituds, diàleg i transmissió de valors.  
integrasons.com



---

### **LA FORMIGA FUSIÓ MUSICAL**

Classes de guitarra a jovent nouvingut d'entre 12 i 16 anys que estigui cursant l'ESO. Les classes s'imparteixen en català per tal de practicar la llengua en el context d'una activitat d'oci alternatiu per entendre i participar, mitjançant la música, en diverses cultures.  
laformiga.org

---

### **LA TARDA JOVE**

Recurs municipal del Poble-sec que ofereix un ventall d'activitats i serveis per tal d'acompanyar als i les joves del barri en la seva formació no formal i en el seu creixement personal. Si vols participar de les activitats, t'hi esperem!  
Contacte: Sara Medina.  
tardajove@tasca.cat

---

### **TEMPS PER A TU**

Activitats lúdiques per a joves i adults amb discapacitat que permeten fomentar la conciliació de la vida laboral, familiar i personal de les famílies cuidadores de persones amb dependència. Dissabtes quinzenals, de 16.30 a 20 h.  
tempspertu@bcn.cat

---

### **TREBALL ALS BARRIS**

Espai de recerca de feina i monogràfics de Barcelona Activa guiat per personal tècnic dins d'un itinerari d'inserció socio-laboral. Si vius al barri i busques feina, informa't del dispositiu d'inserció al telèfon 934 019 565 o a  
nuria.gorgues@barcelonactiva.cat

---

## SERVEIS

---

---

### ESPAI DE TROBADA

---

El Centre Cultural Albareda posa a la teva disposició un espai on trobar-te amb altres persones, llegir una novel·la o la premsa del barri, intercanviar llibres, prendre un refresc o un cafè. Vine a conèixer aquest espai!

---

### CESSIÓ D'ESP AIS

---

L'equipament té espais disponibles per a entitats, associacions, particulars i empreses.

Més informació a [ccalbareda@ccalbareda.cat](mailto:ccalbareda@ccalbareda.cat) o visita el web.

---

### BUCS D'ASSAIG

---

Si tens un grup de música i necessites un espai on assajar, vine al Centre Cultural Albareda. Disposem de set cabines insonoritzades de diferents dimensions (de 17,20 m<sup>2</sup> fins a 34,80 m<sup>2</sup>). Tres d'aquestes cabines estan equipades amb equip de so, bateria, dos amplificadors de guitarra i un de baix.



## MAPA



## ADREÇA

Albareda, 22-24  
08004 Barcelona  
Tel. 934 433 719  
ccalbareda@ccalbareda.cat

## HORARI D'ATENCIÓ

De dilluns a divendres,  
de 9 a 14 i de 16 a 22 h  
Dissabtes, de 16 a 22 h

## PER A MÉS INFORMACIÓ


 [instagram.com/ccalbareda](https://www.instagram.com/ccalbareda)

 [facebook.com/ccalbareda](https://www.facebook.com/ccalbareda)

 [twitter.com/ccalbareda](https://twitter.com/ccalbareda)

 [spotify.com/user/ccalbareda](https://open.spotify.com/user/ccalbareda)

[barcelona.cat/ccalbareda](https://www.barcelona.cat/ccalbareda)

 Sala d'actes equipada amb anell magnètic

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](http://www.uneon.es)). Calaix de Cultura c. Diputació 185, pral. 1a. 08011 de Barcelona.

**Districte de  
Sants-Montjuïc**