

**Casal de Barri
Congrés-Indians**

Programació trimestral de tallers i activitats

Gener - Març 2026

Congrés-Indians

Il·lustració: Freepik.es



**Ajuntament de
Barcelona**

**Districte de
Sant Andreu**

INDEX

Exposicions	pàg. 3
Tallers	pàg. 4
Salut física i mental	pàg. 4
Treballs manuals i artístics	pàg. 6
Medi ambient	pàg. 7
Aprenentatge d'idiomes	pàg. 8
TIC Gent Gran	pàg. 8
Literàries	pàg. 9
En femení	pàg. 9
Xerrades	pàg. 10
Infants, joves i famílies	pàg. 11
Espectacles i cinema	pàg. 15
Activitats de cicle festiu	pàg. 16
Associació Caliu-Congrés	pàg. 17
Serveis	pàg. 18
Entitats i grups del casal	pàg. 19



INSCRIPCIONS DE LES ACTIVITATS

Les inscripcions per a les activitats de **pagament** es faran el **dimecres 7 de gener** i les inscripcions per a les activitats **gratuïtes** es faran el **dijous 8 de gener**, de 9.30 h a 14 h i de 16 h a 20 h, de forma presencial. A partir del dia 9 de gener es continuaran fent inscripcions fins a exhaurir-ne les places.

EXPOSICIONS

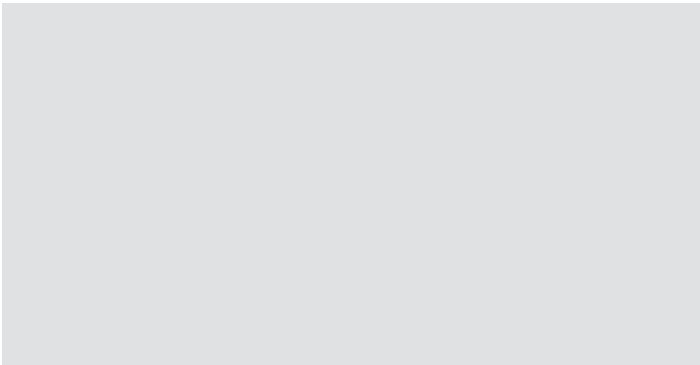
DIAZEPAN I + COSTURA.

1a i 2a planta
Del 2 al 30 de gener

Fotografies de Carme de la Madrid

Aquest reportatge fotogràfic retrata la vida quotidiana dels grups de costura de Barcelona i en destaca la dimensió social, creativa i comunitària. A través de testimonis i imatges, mostra com la costura és molt més que una tècnica: és una eina

de relació, suport i resistència. Aquests espais s'han convertit en llocs d'acollida on es fa xarxa, es creen vincles de confiança i pertinença, i on les trobades setmanals ofereixen aprenentatge, conversa i, per a moltes dones, els grups són com elles anomenen "un refugi o un espai de treva".



Mostra Artística de la Fundació Via-Guasp i La Ginesta

2a planta
Del 23 de desembre al 31 de gener

Aquesta exposició recull obres de persones usuàries de la Fundació Via-Guasp i de la residència La Ginesta. Ambdues entitats, ubicades al barri del Congrés, atenen persones amb

problemes de salut mental. La Fundació duu a terme un taller de pintura al Casal, on les persones ateses poden expressar lliurement les seves emocions.

La Dona a l'Afganistan dels Talibans

1a planta
Del 6 al 28 de febrer

Fotografies de Saverio Serravezza

Amb el renovat règim islamista dels talibans, les dones viuen sota una vulneració extrema dels drets humans. Malgrat la repressió, moltes continuen estudiant, aprenent i teixint xarxa en la clandestinitat.

Aquesta exposició mostra la força i resistència d'aquestes dones que desafien l'apartheid de gènere.

A càrrec de l'Associació Ponts per la Pau

Dibuixos de Resiliència: Veus Silenciades, Històries Revelades

2a planta
Del 6 al 28 de febrer

Aquesta exposició recull obres creades en tallers d'artteràpia amb dones de l'Afganistan (2023-2025). Cada peça és un testimoni de força, dolor i esperança, un espai on les participants han pogut expressar allò que sovint no poden dir amb paraules. A través del color i el simbolisme, aquestes obres revelen històries de resistència davant l'adversitat i converteixen l'art en una eina de sanació i empoderament. A càrrec de l'Associació Ponts per la Pau

Rajoles Modernistes de Barcelona

1a planta
Del 6 de març al 10 d'abril

El grup d'Arpilleres ha treballat les rajoles modernistes de Sant Andreu, la ciutat de Barcelona i d'altres indrets, han reproduït els dissenys tant de les del paviment hidràulic (les rajoles que es posaven a terra) com de les del revestiment de parets, façanes i altres elements decoratius.

Mini maqueta de manifestació reivindicativa Dia de la Dona

Vestíbul del Casal
Del 2 al 28 de març

Des de l'Associació Artenea han pensat a reivindicar el Dia de la Dona artísticament i d'una forma creativa i col·laborativa a través de la creació d'una mini manifestació amb figures de Playmobil i la participació de tot el barri.

Fotobrodat: Dona, Vincles i Cures

2a planta
Del 6 de març al 10 d'abril

Exposició fruit del resultat del taller de fotobrodat a càrrec de la Xarxa de Dones Cosidores. En aquesta activitat es vol visibilitzar el paper de la dona cuidadora com a creadora de vincles.

TALLERS

Salut física i mental

Biodansa

Dilluns, del 12 de gener al 16 de març, de 19 h a 21 h (10 sessions)

Biodansa és un sistema de creixement personal que afavoreix l'expressió, integració i desenvolupament dels potencials humans. Activitat inclusiva oberta a totes les persones de qualsevol edat i sense cap tipus de restricció. **Activitat gratuïta.** Cal inscripció prèvia

Hatha loga

Dimarts, del 13 de gener al 17 de març, de 19.30 h a 20.30 h (10 sessions)

Aprèn diferents àssanes (postures corporals), que t'ajudaran a millorar la flexibilitat i la força dels teus músculs. Cal inscripció prèvia. **Preu:** 36,60 €

Memòria en marxa

Dimecres, del 14 de gener al 18 de març, de 10.45 h a 11.45 h (10 sessions)

A través dels jocs, activem les xarxes de la memòria, les connexions amb el cos i refresquem el funcionament de les nostres capacitats cognitives. Activitat dirigida a gent gran. A càrrec de la tallerista voluntària Rosina Alguacil Redondo. **Activitat gratuïta.** Cal inscripció prèvia.

Tennis de taula

Dimecres, del 8 d'octubre al 10 de desembre, grup 1: de 18.30h a 19.30h grup 2: de 19.30h a 20.30h (10 sessions)

Taller per iniciar-se en la pràctica del tennis de taula. Adreçat a tothom que vulgui aprendre i divertir-se practicant aquest esport. A càrrec del tallerista voluntari Quim Rodríguez. **Activitat gratuïta.** Cal inscripció prèvia. L'alumne/a ha de portar la seva pala.

Ioga i meditació

Divendres, del 16 de gener al 20 de març (cada 15 dies), de 10 h a 11 h (6 sessions)

Aprendrem a meditar i descobrirem els beneficis que ens aporta la pràctica combinada del ioga i la meditació.

A càrrec de la voluntària Fina Herrera.

Activitat gratuïta.

Cal inscripció prèvia.

Psicologia a l'abast

Dijous, del 15 de gener al 19 de març, de 10 h a 12 h (10 sessions)

Com aprofitar els recursos de la psicologia per a la nostra millora personal? En aquest taller aprendrem, de forma activa i participativa, com la psicologia ens pot dotar de recursos per afrontar el nostre dia a dia de manera proactiva i positiva. Ens apropiarem a diversos processos psicològics per conèixer les claus de portar una vida plena, conscient i satisfactòria.

A càrrec d'Irene Carracedo, psicòloga voluntària

Activitat gratuïta.

Cal inscripció prèvia.

Taller bàsic de reanimació cardiopulmonar (RCP)

Dimarts 17 de febrer, a les 12 h

Taller pràctic de reanimació cardiopulmonar adreçat a persones adultes i joves a partir de 14 anys. Aprendrem a reconèixer una aturada cardíaca, fer compressions toràciques eficaces i utilitzar un desfibril·lador extern automàtic (DEA), amb l'objectiu de capacitar la ciutadania perquè puguem actuar de manera ràpida i eficaç davant d'una emergència. A càrrec de la Fundació INSCOR.

Activitat gratuïta.

Cal inscripció prèvia.

Treballs manuals i artístics

Una ullada a l'art: La pintura contemporània

Dimarts, del 13 de gener al 17 de març, de 10 h a 11.30 h (10 sessions)

En aquest taller farem un recorregut pels principals "ismes" que defineixen la pintura a l'època contemporània, començant pel segle XIX i avançant fins al segle XX. Resulta molt interessant veure com els diferents estils que defineixen la pintura contemporània es succeeixen ràpidament en el temps i trenquen amb les estructures tradicionals pictòriques.

A càrrec de la tallerista voluntària Isabel Zamora Pertusa

Activitat gratuïta.

Cal inscripció prèvia.

Grup d'Arpilleres

Dimarts de 17 h a 20 h

Convocatòria oberta a tothom per formar part del **Grup d'Arpilleres** i aprendre aquesta tècnica d'origen xilè que utilitza fil i agulla per expressar vivències i emocions, per denunciar, per recordar, per teixir testimonis de vida. Una experiència enriquidora que t'enganxarà! Obert tot l'any!

Activitat gratuïta.

Costura

Dijous, del 15 de gener al 19 de març, de 10 h a 12 h (10 sessions)

T'agradaria aprendre a fer-te la teva pròpia roba? O, potser, t'agradaria fer una cosa nova amb aquesta peça de roba que ja no fas servir? En aquest taller podràs tenir l'espai per a crear i recrear la teva roba. No t'ho perdis!

A càrrec de la tallerista voluntària Sagrario Mellado Santos

Activitat gratuïta. Cal inscripció prèvia. L'alumne es fa càrrec de la despesa de material.

Espai de creació artística

Divendres, de 17 a 18.30 h, cada 15 dies. Inici 16 de gener.

Espai lliure de pintura i dibuix organitzat per la Fundació Via-Guasp, entitat social del barri, adreçat tant a persones usuàries de la fundació com a veïns i veïnes del Congrés. La Fundació proporciona materials per dur a terme l'activitat. Activitat gratuïta.

Més informació:

curescongresindians@bcn.cat

Sortides

Sortida Rec Comtal-Casa de l'Aigua Trinitat Nova

Dijous 12 de març, de 9.30 h a 13 h (10 sessions)

Desplaçament en transport públic fins a Torre Baró-Vallbona. Seguiment del Rec Comtal fins a la Casa de l'Aigua de Trinitat Nova. Retorn cap a les 13 h en transport públic (dificultat baixa). Cal portar targeta de transport, aigua i calçat còmode. A càrrec del tallerista voluntari Lluís Filella Carballo. Activitat gratuïta. Cal inscripció prèvia a: infocongresindians@bcn.cat

Aprenentatge d'idiomes

Conversa en castellà-Iniciació

Dimarts, del 13 de gener al 17 de març, de 10 h a 11 h (10 sessions)

Vols practicar el castellà? Al Casal tenim un taller de conversa amb grups reduïts on pots practicar l'ús quotidià del castellà per comunicar-te amb naturalitat en aquest idioma. A càrrec del voluntari Oriol López Julià.

Activitat gratuïta. Cal inscripció prèvia

Italià per a viatgers

Dijous, del 15 de gener al 19 de març, de 18 h a 19 h (10 sessions)

El curs d'italià per a viatgers està dissenyat per als que volen aprendre allò essencial de l'idioma abans de visitar Itàlia. Inclou frases útils per al dia a dia, vocabulari relacionat amb el turisme, el menjar i les adreces, així com consells culturals. A través de lliçons interactives i pràctica conversacional, els estudiants guanyaran confiança per comunicar-se en situacions quotidianes, cosa que enriqueix la seva experiència de viatge. Ideal per a principiants o aquells que busquen refrescar els seus coneixements.

A càrrec de la nostra voluntària Marta Bravo

Activitat gratuïta. Cal inscripció prèvia

Literàries

Club de lectura

Dilluns 26 de gener, 23 de febrer i 23 de març, de 17 h a 19 h

T'agrada llegir? El club de lectura Clubaires està obert a tothom!

El Casal de Barri Congrés-Indians obre les portes a aquest grup divers de persones que tenen en comú l'amor per la lectura. Uneix-t'hi!

Aquest trimestre estarà dedicat a escriptors juvenils:

La temàtica d'aquest trimestre és "Enfants terribles".

26 de gener: *Acte de violència*, de Manuel de Pedrolo

23 de febrer: *Ampliació del camp de batalla*, de Michael Houellebecq

23 de març: *Una rosa sola*, de Muriel Barbery

Activitat gratuïta. Cal inscripció prèvia a través del correu:

infocongreindians@bcn.cat o al telèfon: 93 351 39 53

Activitats per Gent gran

Memòria

Dilluns, del 12 de gener al 16 de març, d'11.45 h a 12.45 h (10 sessions)

Vine al Casal a mantenir la ment en forma! Jocs d'enginy, endevinalles, lectures... Mantenim el cervell actiu per ajudar la nostra memòria!

Activitat adreçada a la gent gran. Cal inscripció prèvia.

Preu: 26,10 €

12 consells de seguretat per al dia a dia

Dijous 29 de gener, a les 11 h

En aquesta xerrada recordarem aquelles petites accions que podem fer per tal d'augmentar la nostra seguretat en el dia a dia i evitar ser víctimes de determinats delictes.

A càrrec de la Guàrdia Urbana. Activitat gratuïta. Aforament limitat

XERRADES

“Dibuixos de Resiliència: Veus Silenciades, Històries Revelades

Dijous 19 de febrer, a les 18 h

Aquesta conferència mostra com l'art esdevé un espai de refugi i curació per a persones en contextos de violència o desplaçament. A través de l'experiència de Ponts per la Pau a l'Afganistan, revela el poder de la creativitat per reconstruir confiança, comunitat i

esperança, i com la bellesa pot resistir malgrat l'adversitat. Cal inscripció prèvia a: info-congresindians@bcn.cat o al telèfon: 93 351 39 53 Organitzada conjuntament amb Associació Ponts per la Pau En el marc del Dia Mundial de la Justícia Social

Apropem Serveis Socials al barri

Dijous 26 de febrer, a les 16 h

Sessió informativa oberta a la comunitat per conèixer de prop què fan els Serveis Socials al territori. Explicaran els recursos i serveis que ofereixen i com poden donar suport a les per-

sones i famílies del barri. Organitzat pel servei de Cures i Benestar del Casal Congrés-Indians i el Centre de Serveis Socials Garcilaso.

TALLERS I ACTIVITATS PER A INFANTS, JOVES I FAMÍLIES

Espai de joc

Dimecres, de 9.30 h a 11 h

L'espai familiar i de criança Congrés-Indians obre les seves portes a les famílies del barri amb infants d'entre 0 i 3 anys. És un espai autogestionat amb l'objectiu de potenciar la creació d'una xarxa comunitària i l'estimulació a través del joc.

Activitat gratuïta.

Per fer la reserva contacta a través de l'adreça de correu: efcongresindians@bcn.cat

Sensibilització Musical per a nadons

Dilluns, del 12 de gener al 16 de març, d'11 h a 12 h (10 sessions)

En aquest taller desenvoluparem l'escolta, l'atenció i el silenci, així com la motricitat. Jugarem, improvisarem i ens divertirem amb els instruments, els ritmes i les melodies d'un repertori de cançons del món. Adreçat a famílies amb infants de 0 a 3 anys.

Preu: 36,60 €

Acompanyament a la paternitat, el lloc del pare en les primeres etapes de la criança

Dimarts 3 de febrer, de 16:30 h a 18:30 h

Taller dirigit a famílies amb infants de 0 a 3 anys. Es tractaran els diferents rols que s'adopten dins de la parella i en la criança, les possibles discrepàncies i/o desacords a nivell familiar i quin és el lloc que ocupa el pare en les primeres etapes de la criança des d'un enfocament pràctic i vivencial. A càrrec de l'Associació Entrehomes

Gratuït, no cal inscripció prèvia.

Organitzat per: l'Espai Familiar i de Criança Congrés-Indians. La xerrada es farà al Canòdrom (Carrer Concepció Arenal 165, 08027, Barcelona).

Aula de reforç escolar

El Casal és un bon espai per fer els deures. Vine a la tarda, et donarem suport i t'ajudarem quan tinguis dubtes, per a infants a partir de 2n fins a 6è de primària.

Activitat gratuïta. Cal inscripció prèvia. Grups reduïts.

Grup 1 (infants de 2n i 3r de primària): dilluns, del 12 de gener al 23 de març, de 17 h a 18 h (11 sessions).

Grup 2 (infants de 4t, 5è i 6è de primària): dilluns, del 12 de gener al 23 de març, de 18 h a 19 h (11 sessions).

Grup 3 (infants de 2n i 3r de primària): dimecres, del 14 de gener al 25 de març, de 17 h a 18 h (11 sessions).

Grup 4 (infants de 4t, 5è i 6è de primària): dimecres, del 14 de gener al 25 de març, de 18 h a 19 h (11 sessions).

Aprenem a ballar

Dimarts, del 13 de gener al 17 de març, de 17.30 h a 19 h (10 sessions)

T'agradaria aprendre balls tradicionals catalans i la seva inserció a la història, així com l'estudi de noves coreografies? Us proposem un curs de dansa combinat amb jocs i balls populars. La dansa significa coses diferents per a diferents persones, però en general, és una forma d'expressió artística i comunicació que pot ser molt poderosa i significativa. A càrrec de l'Esbart Joventut Nostra.

Activitat gratuïta adreçada a infants a partir de 4 anys. Cal inscripció prèvia.

El jardí menut

Dissabte 31 de gener, a les 11 h

A la meua àvia li agradaven les flors i la llana perquè són de molts colors. Al terrat de casa seva hi tenia un jardí menut ple de flors que ara jo m'encarrego de cuidar. Potser avui el cactus farà la seva flor? Què hi ha sota terra? I per què té tanta son la Margarida? I el cuc, on vol anar? Fins on es pot créixer? Què li agrada a cada flor? I la papallona? A la papallona li encanta jugar al jardí menut! Activitat a càrrec de la narradora oral Íngrid Domingo
Recomanada per a infants d'1 a 4 anys
Inscripció prèvia a: infocongresindians@bcn.cat o al telèfon: 93 351 39 53

Contestoltes

Dissabte 21 de febrer, a les 11 h

Sabeu què voleu ser de grans? Si encara no ho sabeu, no patiu. El senyor Prudenci ho va descobrir ja de gran i gràcies al carnaval. Poc s'ho pensava! I si parlem de carnestoltes, també hem de parlar del dijous gras i de truites! Us heu preguntat mai quin sentit té ser una truita de patates i ceba? Per estrany que sembli per ella existir només té sentit si se la menja algú, però i si ningú se la vol menjar? Un últim conte servirà per divertir-nos amb disfresses! La festa està servida! Bona nit i bon profit!
Activitat a càrrec de la narradora oral Íngrid Domingo
Recomanada per a infants a partir de 3 anys
Inscripció prèvia a: infocongresindians@bcn.cat o al telèfon: 93 351 39 53
Activitat emmarcada dintre del la celebració del carnestoltes

Elles i les meravelles

Dissabte 21 de febrer, a les 11 h

Una nena decidida a ser una gran violinista o tot allò que es proposi, en una història amb un final inesperat. Una princesa despistada, però espavilada i amb molta determinació. Una dona amb personalitat i senzilla, que sap valorar les petites coses de la vida i que no es deixa manipular per les opinions externes. Sorpreses, girs i reflexions. Amb recursos com papiroflèxia, màscares i objectes s'explicaran aquestes tres històries.
Activitat a càrrec de la narradora oral Íngrid Domingo
Recomanada per a infants a partir de 3 anys
Inscripció prèvia a: infocongresindians@bcn.cat o al telèfon: 93 351 39 53
Activitat emmarcada dintre del 8M

ESPECTACLES I CINEMA

Varietés-Indians: dia dels enamorats

Dissabte 14 de febrer, a les 18 h

Grup del barri
Arriba el dia dels enamorats i el grup de teatre Varietés de Congrés-Indians es prepara per fer un espectacle divertit i singular per celebrar aquesta data.

Activitat gratuïta. Aforament limitat.

Estimat Lorca

Dissabte 14 de març, a les 18 h

Cia. Males companyies
Aquest espectacle vol ser un apropament i alhora un humil homenatge al gran Federico García Lorca, analitzant l'home i el poeta, tot posant en escena fragments del seus textos, d'una manera àgil i respectuosa.

Direcció: Males Companyies
Activitat gratuïta. Aforament limitat.

ACTIVITATS DE CICLE FESTIU

Fem carnestoltes!

Del 22 de gener al 12 de febrer, de 17 a 19 h (4 sessions)
més participació a la rua de Carnestoltes del barri el 15 de febrer al matí.

Busca tot allò que puguis reutilitzar i converteix-lo en la teva disfressa per a la rua de Carnestoltes. Dissenyarem i construirem amb molta imaginació màscares i accessoris fets de cartró, paper i roba. Una activitat intergeneracional oberta a tothom en la qual

pots crear la teva disfressa i compartir estones divertides en comunitat.

Activitat gratuïta, recomanada a partir de 12 anys.
Inscripció prèvia a: infocongresindians@bcn.cat o al telèfon: 93 351 39 53

PROGRAMACIÓ 8 M

Mini maqueta de manifestació reivindicativa Dia de la Dona

Dimarts 13 i 20 de gener, de 18 a 19 h

Des de l'Associació Arteana han pensat a reivindicar el Dia de la Dona artísticament i d'una forma creativa i col·laborativa a través de la creació d'una mini manifestació amb figures de

Playmobil.

Vine a crear amb nosaltres les mini pancartes i cartells per a aquesta proposta que estarà exposada al vestíbul del Casal del 2 al 28 de març.

Fotobrodat: dona, vincles i cures

Dijous 29 de gener, de 16.00 a 17.30 h

El taller de fotobrodat és una invitació a activar la memòria resignificant fotografies amb fil i agulla. Cosir sobre la imatge facilita l'expressió, aporta calma i benestar, i ens ajuda a fer xarxa des de la conversa i la cura compartida. Amb tècniques senzilles, tothom pot crear; a més, reutilitzem materials i donem visibilitat a la figura de la dona com a persona cuidadora

i creadora de vincles.

Activitat a càrrec de la Xarxa de Dones Cosidores
Inscripció prèvia a: infocongresindians@bcn.cat o al telèfon: 93 351 39 53

Els resultats del taller s'exposaran del 6 al 10 d'abril a la segona planta del Casal de barri Congrés-Indians en el marc del 8M.

Celebrem el Dia de la Dona amb Discoinfierna

Divendres 6 de març, a les 18 h

El mes de març Discoinfierna es teyeix de violeta per celebrar el 8M, Dia Internacional de la Dona. Cantarem èxits de dones empoderades de la disco internacional i el pop espanyol dels anys 80 i projectarem els vídeos amb el karaoke d'aquestes cançons. Ho celebrarem juntes,

cantant, ballant i recordant aquestes dones fortes i valentes, totes amb una història de lluita, resistència i victòria a les espatlles. La festa està assegurada!

Activitat gratuïta. Aforament limitat.

Creació teatral i la veu de les dones

Dissabte 21 de març,
de 10 h a 13 h

Un espai lúdic per a l'art i la reflexió
A través del teatre desenvolupem la creativitat, la confiança, la sororitat, la comunitat i la força del col·lectiu. Parlar sobre l'escenari del que ens interpel·la, preocupa, ve de gust

i ens emociona al voltant del tema de la violència masclista. Aquest taller és una trobada i una CELEBRACIÓ. A càrrec de l'actriu Bea Insa
Activitat gratuïta. Adreçada a dones. Cal inscripció prèvia a: infocongresindians@bcn.cat

Menopausa o plenopausa?

Dissabte 7 de març, de 18:30 a 20:30 h

Una experiència per desmuntar mites i riure'ns dels prejudicis que envolten aquesta etapa, reivindicant-la com un moment de saviesa, llibertat i desig. Parlarem de bellesa, maduresa, violència ginecològica i sexua-

litat amb naturalitat, humor i curiositat, connectant amb el cos i amb el plaer d'aquesta nova etapa. A càrrec de Cooperativa La Eroteca

HELENES (de Troia, d'Ucraïna, de l'Hospitalet...)

Dissabte 21 de març, a les 18 h

Aquest espectacle és una de-construcció del mite d'HELENA. Ara des del mite d'Helena de Troia, ara des del teatre documental ens acostarem a la vida de moltes Helenes, culpabilitzades i estigmatitzades

per una societat patriarcal pel simple fet de ser dones. Són les HELENES les causants de les guerres de Troia? Activitat gratuïta, recomanada a partir de 12 anys. No cal inscripció prèvia.

La nit del 4 al 5

Dissabte 28 de març, a les 18:00 h

Obra de teatre de Rachel Graton
Cia. Cul de sac
És hivern. Durant la nit del 4 al 5 de gener, una noia camina sola. Són les 22.40 h.
Cinc intèrprets expliquen una història —la seva nova his-

tòria— suspeses entre el mur, el gel i el cel. El soroll de qui blanqueja l'agressor. Metges sense empatia. Polícies amb pressa. I ella, atrapada en un relat que no ha escollit, obligada a reviure allò que voldria oblidar, mentre intenta tornar a habitar el seu

Associació CALIU-CONGRÉS

Des de l'Associació Caliu Congrés treballem per a la mitjana d'edat completament integrats al barri. En aquest moment oferim les activitats següents: anglès, ball d'animació, cant coral, català per a castellanoparlants, club de lectura i literatura catalana, country, cuina teòrica, informàtica, ioga, marqueteria, patchwork i costura, pintura i dibuix, punt de creu, puntes de coixí, sevillanes, taitxí, excursions i celebracions diverses. Horari d'atenció de dilluns a dijous de 16.30 h a 19.30 h
Instagram: @ASSOCIACIO.CALIUCONGRES
Facebook: Associació Caliu Congrés

Activitats:

Pintura i Dibuix

- Dilluns de 10 a 12
- Dilluns de 18 a 20
- Dimarts de 16 a 18
- Dimecres de 16 a 18

Marqueteria

- Dimarts de 10 a 12
- Dijous d'11 a 13
- Dijous de 17 a 19

Puntes de coixí

- Dimecres, de 10 a 12 h

Ioga

- Dimecres, de 9.30 a 10.30 h
- Dijous, de 9.30 a 10.30 h

Tai-Txi

- Dilluns, de 16 a 17 h

Sardanes

- Dimarts, de 16 a 17 h

Sevillanes

- Dilluns, de 18 a 19 h (iniciació)
- Dimecres, de 17 a 18 h (veterans)

Ball d'animació

- Dilluns, de 10 a 11 h
- Dimarts, de 17 a 18 h
- Divendres, d'11 a 12 h

Country

- Dimecres, de 16 a 17 h (intermedi)
- Dijous, de 16 a 17 h (veterans)

Cant coral

- Dilluns, de 17.30 a 19 h

Català per a castellanoparlants

- Dimarts, de 16 a 18 h

Cuina teòrica

- Dijous, de 18 a 19.30 h

SERVEIS

Espai Familiar Congrés-Indians de criança

És un servei educatiu de l'Ajuntament de Barcelona adreçat a famílies amb infants entre els 0 i 3 anys d'edat, amb l'objectiu d'oferir un suport i acompanyament en la seva criança.

Adreça electrònica:
efcongresindians@bcn.cat
Telèfon de contacte:
933 513 953 - 679 115 958

Cessió d'espais

Cessió de sales per a activitats col·lectives, segons els preus públics vigents.

Al Casal de Barri Congrés-Indians disposem de diversos espais polivalents, aules i un poliesportiu on les associacions i entitats poden portar a terme les seves activitats i oferir-ne també al barri. Més informació a congresindians@bcn.cat o al 933513953

Concilia

És un servei gratuït de cançuratge de l'Ajuntament de Barcelona per a la conciliació de la vida laboral, familiar i personal. Es tracta d'un servei de cura d'infants d'1 a 12 anys a demanda i a disposició de les famílies que el necessitin.

Horari d'atenció als infants:

d'1 a 3 anys: de dilluns a divendres, de 17 h a 20 h.
Dissabtes, de 10 h a 14 h i de 15.30 h a 18.30 h.

de 3 a 12 anys: de dilluns a divendres, de 15 h a 20 h.

Dissabtes, de 10 h a 14 h i de 15.30 h a 18.30 h.

Horari d'atenció a famílies: de dilluns a divendres, de 13 h a 15 h. Cal reservar cita prèvia per rebre atenció a famílies a través del contacte de cada punt Concilia.

Adreça electrònica: congres@incoop.cat
Telèfon de contacte:
623738424 (horari d'atenció: de dilluns a divendres, de 13 h a 20.30 h)
Web: <https://concilia.incoop.cat/>

Refugi Climàtic

El Casal de Barri Congrés-Indians pertany a la xarxa d'espais de refugis climàtics de Barcelona. Són espais que proporcionen confort tèrmic a la població, mentre mantenen altres usos o funcionalitats. Pots venir al Casal en el nostre horari habitual de setembre a juliol.

Servei de Cures i Benestar

És un servei gratuït on pots informar-te dels recursos i serveis que tens més a prop per cuidar-te o cuidar dels altres. Ofereix orientació i acompanyament a persones cuidadores. Amb aquest servei es busca facilitar la integració de les persones cuidadores i persones que necessiten cures als serveis, xarxes i activitats del barri. Més informació: curescongresindians@bcn.cat

ENTITATS I GRUPS DEL CASAL

Associacions:

Caliu-Congrés

L'Associació Caliu-Congrés té com a objectiu oferir activitats culturals, d'accés a les tecnologies i d'expressió artística a la gent del barri.

Horari d'atenció al públic: dilluns i dijous de 16.30h a 19.30h
Adreça electrònica:
info@associaciocaliucongres.cat
Tel. de contacte: 681943367
www.associaciocaliucongres.cat

Art-Teràpia Artenea

Tallers d'arts escèniques, arts plàstiques i teràpies alternatives per millorar la qualitat de vida de les persones amb discapacitat intel·lectual.

Horari d'activitats: de dilluns a divendres de 17h a 19h i dissabtes de 17h a 20h
Adreça electrònica:
a.artenea@gmail.com
Telèfon de contacte:
655533384 / 650418820
www.associacioartenea.com

Esportiva l'Alzina

L'Associació Esportiva l'Alzina, és una associació sense ànim de lucre, i amb la finalitat de treballar en la formació integral dels jugadores i jugadors, com a persones i com a esportistes. Defensen la força de l'esport, com a eina integradora, educadora, competitiva i formativa.

Adreça electrònica:
aeaalzina@gmail.com
Tel. de contacte: 675454131 / 933409850

Grups oberts a tothom:

Grup d'Arpilleres

Grup de dones que practiquen la tècnica de fer arpilleres d'origen xilè, on es fa servir el fil i agulla per expressar vivències i emocions, per denunciar, per recordar i per teixir testimonis de vida.

Horari d'activitat: dimarts de 17h a 20h
Tel. de contacte: 695672196

La Cofradía Rol

Jocs de rol per a totes les edats.

Horari d'activitats: segon i quart dissabte de cada mes a la tarda
Adreça electrònica: lacofradia-rol@gmail.com
Tel. de contacte: 600505867
<http://lacofradia.260mb.net>

El Fènix jocs de taula

Juguem a jocs de taula de factura moderna.
Horari d'activitats: dissabtes de 16.30h a 20.30h
Adreça electrònica:
lluisamoros@icloud.com
Tel. de contacte: 679752641

Grup Varietés-Indians

T'agrada la música, interpretar, ballar, cantar o tocar un instrument? Vols pujar dalt de l'escenari i fer gaudir una bona estona la gent del barri? Doncs vine amb nosaltres, el grup de Varietés-Indians.

Horari: divendres, de 17 h A 19 h



Barri del Congrés i els Indians Casal de Barri Congrés-Indians

Ens trobareu a:

C/ de la Manigua, 25-35

08027 Barcelona

Tel. 933 513 953

Horari d'atenció al públic:

De dilluns a dissabte de 9.30h a 13.30h
i de 16h a 21h.

Bus 19, 191, 45, 47, 117, D50, H6, V27

Metro Congrés L5, Maragall L4

www.bcn.cat/santandreu

congresindians@bcn.cat (cessió d'espais, atenció a entitats i associacions)