

CASAL DE BARRI

CONGRÉS-INDIANS

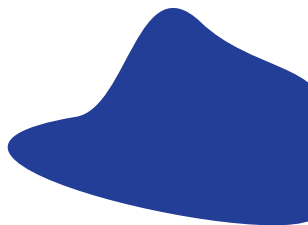


Programa d'activitats del 15è aniversari
Del 26 al 29 de setembre de 2023

Ajuntament de
Barcelona



Som un equipament cultural de proximitat



Casal de Barri Congrés-Indians

C. de la Manigua, 25-35, 08027 Barcelona

933 513 953

infocongresindians@bcn.cat

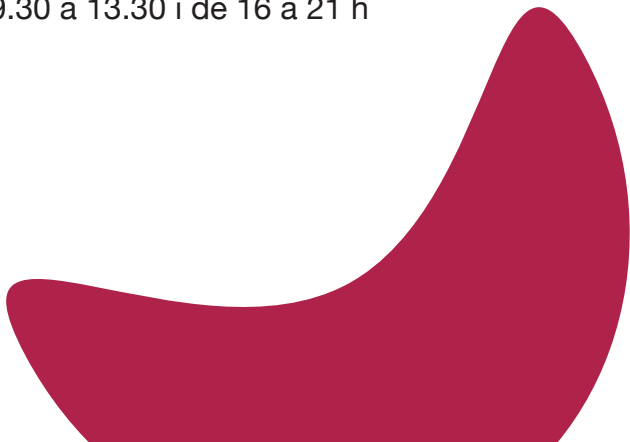
Bus 19, 191, 45, 47, 117, D50, H6 i V27

Metro Congrés L5, Maragall L4

Horari d'atenció al públic:

De dilluns a dissabte de 09.30 a 13.30 i de 16 a 21 h

www.bcn.cat/santandreu



Casal de Barri

Congrés-Indians

El Casal de Barri Congrès-Indians és un equipament públic de proximitat, que acull propostes del barri i ofereix serveis socio-culturals a la comunitat. Enguany fem 15 anys i ho volem celebrar amb tu!

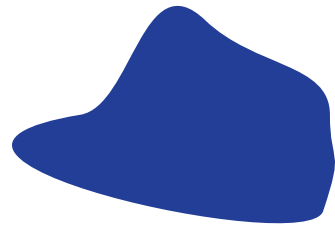
Què fem?

- **T'informem** sobre els serveis, entitats i l'oferta d'activitats del barri.
- Els serveis del Casal promouen el **benestar** de persones cuidadores (VilaVeïna); la **criança respectuosa** (Espai Familiar); **conciliació familiar** (Concilia) i el **benestar emocional** (Konsulta'm).
- Som **refugi climàtic**.
- Programem **activitats** diverses, gratuïtes o de cost popular, **per tots els públics**.
- Promovem un **estil de vida actiu i comunitari**.
- Tractem de **combatre la soledat** no desitjada, sobretot de la gent gran.
- Acollim **propostes d'entitats i grups autogestionats** del barri en la nostra programació, adreçades a tots els públics.
- Col·laborem amb **entitats** del barri i fem **cessions d'espais**.
- Som un **punt de trobada**, obert, accessible, intergeneracional, que escolta les inquietuds i necessitats del barri i afavoreix l'intercanvi de sabers.
- Recollim propostes de **voluntaris** i les fem créixer.
- Facilitem la **participació** en el teixit associatiu.
- Impulsem valors com la **igualtat**, la **sostenibilitat** o el **respecte**.
- Generem **sinèrgies** entre grups i entitats del barri.

- Col·laborem en la programació de les **festes del barri** i del **calendari festiu** del Districte.
- Impulsem projectes amb els **centres educatius** del barri i fem **xarxa amb altres equipaments** del barri i del Districte.
- Som un espai obert a la creació i el desenvolupament **artístic**.
- Promovem la **participació comunitària** de les persones i entitats del barri a través de la taula comunitària.

Què pots trobar al Casal?

- Proposar activitats i ser voluntari. Les iniciatives del veïnat nodreixen la programació.
- Millorar la teva qualitat de vida i fer noves amistats.
- Participar en activitats per a la teva salut física i mental, xerrades, espectacles i sortides a espais culturals.
- Utilitzar l'espai per projectes creatius, lúdics o esportius.
- Fer xarxa amb el veïnat i gaudeix d'un espai d'aprenentatge i lúdic.
- Llogar l'espai per a fer les teves activitats.
- Activitats socioculturals per a tots els públics.
- Entitats, grups i serveis.
- Participar en la vida comunitària.
- Tallers creatius i de benestar emocional adreçats a dones.



Serveis

VilaVeïna

VilaVeïna és un servei gratuït de l'Ajuntament de Barcelona on pots informar-te dels recursos i serveis que tens més a prop per cuidar-te o cuidar altres persones (gent gran, criatures...)

Horari:

Dilluns i dijous al matí de 9.30 a 13.30 h

Dimarts i dimecres a la tarda de 16.00 a 20.00 h

Contacte:

vv_congresindians@bcn.cat

933 513 953

<https://www.barcelona.cat/ciutatcuidadora/vilaveina>

Concilia

És un Servei gratuït de l'Ajuntament de Barcelona, en el marc del projecte VilaVeïna, per la conciliació de la vida laboral, familiar i personal de les famílies residents a la ciutat. Dirigida a famílies amb criatures de 12 mesos a 12 anys.

Horari d'atenció al públic:

De dilluns a divendres de 13.00 a 15.00 h i de 20.00 a 20.30 h

Horari d'atenció als infants:

De dilluns a divendres de 15.00 a 20.00 h

Dissabtes de 10.00 a 14.00 i de 15.30 a 18.30 h

Contacte:

Adreça electrònica: concilia.congres@incoop.cat

Telèfon de contacte: 623 738 424

Web: <http://concilia.incoop.cat>



Konsulta'm +22

Assessorament en malestar emocional. Consulta oberta i gratuïta en temàtica de salut mental, adreçada a adults del Districte de Sant Andreu i a professionals del territori.

Horari:

Dijous de 17.00 a 19.00 h

Contacte:

konsultam22.santandreu@fvb.cat

685 721 901

barcelona.cat/sanitatissalut/ca/canal/konsultam22



Espai Familiar Congr s-Indians

 s 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.

Horari:

Dimarts i divendres de 12.30 a 13.30 h. També podeu enviar un correu electrònic a efcongresindians@bcn.cat.

Contacte:

efcongresindians@bcn.cat

Telèfon de contacte: 933 513 953



Cessió d'espais

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

Al Casal de Barri Congr s-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.

M s informació a congresindians@bcn.cat o al 933 513 953.

Entitats i grups del Casal

Associació 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:

De dilluns a divendres de 17.00 a 19.00 h i dissabtes de 17.00 a 20.00 h.

Contacte:

a.artenea@gmail.com

655 533 384 / 650 418 820

associacioartenea.com

Associació Caliu-Congrés

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

Horari:

Dilluns i dijous de 16.30 a 19.30 h.

Contacte:

Adreça electrònica: info@associaciocaliucongres.cat

Telèfon de contacte: 681 943 367

Web: www.associaciocaliucongres.cat



La Cofradía Rol

Jocs de rol per a totes les edats.

Horari:

Segon i quart dissabte de cada mes a la tarda

Contacte:

lacofradiarol@gmail.com

600 505 867

www.lacofradia.260mb.net

El Fènix jocs de taula

Juguem a jocs de taula de factura moderna.

Horari:

Dissabtes de 16.30 a 20.30 h

Contacte:

lluisamoros@icloud.com

679 752 641

Agrupació Congrés de Tennis Taula

Associació dedicada al tennis de taula i als seus valors: el respecte als companys i rivals, les ganes de passar-ho bé i l'esperit de superació.

Contacte:

agrupacio@agrupaciocongres.cat

933 513 953

agrupaciocongréstennistaula.cat

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:

Dimarts de 17.00 a 20.00 h

Contacte:

695 672 196



Associació 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 de les jugadores i jugadors, com a persones i com a esportistes. Fundada l'any 2003, defensem la força de l'esport, com a eina integradora, educadora, competitiva, formativa i basada en uns valors.

Contacte:

Adreça electrònica: aealzina@gmail.com

Telèfon de contacte: 675 454 131 / 933 409 850

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. A l'agost l'horari és de 16.00 a 21.00 h.

Programació

Entrada gratuïta a totes les activitats. No t'ho perdís!

Dimarts 26

Exposició Rostres del voluntariat

Fins el 22 de desembre

El Casal de Barri es nodreix de la saviesa i la generositat de moltes persones que en el seu temps lliure decideixen aportar coneixement, diversió i salut al barri. Aquestes persones tenen rostre i és per això que hem decidit posar-li cara al voluntariat del Casal. Vine i coneix els rostres del voluntariat.

Exposició 11 anys d'arpilleres al Casal de Barri Congrés-Indians

Fins el 22 de desembre

El grup de arpilleres de Congrés-Indians porten 11 anys cosint històries al Casal de Barri. Enguany dediquem una exposició retrospectiva d'algunes de les seves obres més representatives.

Projecció del curtmetratge Teen Horror

10.00 h

La coreògrafa Sara Manubens va acompanyar un grup d'alumnes de 3r d'ESO de l'Institut l'Alzina i els seus docents, en una producció de films de terror encreuats amb els seus propis imaginaris, pors i temàtiques de l'adolescència des d'un punt de vista crític, humorístic, fantàstic i sempre al límit de la realitat-ficció.

En el marc de la 14a edició d'Artistes EN RESIDÈNCIA als instituts de Barcelona, un programa de l'Institut de Cultura de Barcelona i del Consorci d'Educació de Barcelona. El procés de creació de Sara Manubens a l'Alzina ha comptat amb la mediació de La Poderosa.

Taller de memòria

10.00 a 11.00 h

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 gent gran.

Patchwork i reciclatge de texans

10.00 a 12.00 h

Si ets una persona creativa i t'agraden les teles, els teixits i els colors, aquest és el teu taller. El patchwork és un mètode que consisteix en cosir entre si diversos trossos de teles i crear una nova peça.

A càrrec de Maria Luísa del Olmo la tallerista voluntària de Caliu-Congrés.

Coneix l'Espai Familiar i de criança del Casal de Barri Congrés-Indians

12.30 a 13.30 h

Gaudeix de racons diferenciats de l'espai familiar i fer petits tastets de propostes que es duen a terme a l'espai.

Donem l'oportunitat a les famílies de conèixer i manipular diferents materials: racó de la lectura, racó de construccions, racó de la manipulació amb fang i pintura i racó de la psicomotricitat

Pintura de Roba

16.00 a 18.00 h

Ens animen a donar el nostre toc a tot tipus de roba: samarretes, coixins, mocadors.. La teva creativitat com tu vulguis!

A càrrec de Pepita Giménez voluntària de Caliu-Congrés.

Reciclatge creatiu

16.00 a 18.00 h

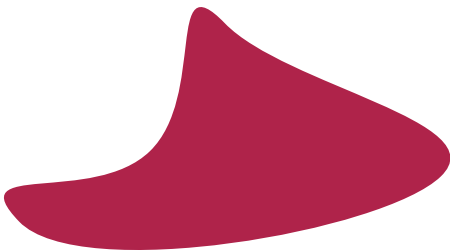
Reutilitzem materials i objectes d'ús quotidià per transformar-los en objectes ben originals i poder donar-los una altra vida.

A càrrec de la voluntària del Casal de Barri Congrés-Indians Núria Bonavila

Grup d'arpilleres

17.00 a 20.00 h

Vine i coneix el Grup d'arpilleres de Congrés-Indians. Aprendre aquesta tècnica d'origen xilè que utilitza fil i agulla per expressar vivències i emocions, per denunciar, per recordar, i per teixir testimonis de vida. Una experiència enriquidora que t'enganxarà!



Xerrada sobre el llibre "Paper de Barba" amb la seva autora Gemma Freixas

18.00 h

Paper de Barba és una novel·la ambientada al món paperer de Capellades dels anys vint del segle passat. Un període en que es va viure el tancament i l'absorció de molins, la desaparició de la producció manual i la instauració definitiva de les màquines.

Una època d'expansió de noves idees on els seguidors maçons i els anarquistes es barrejaven en la clandestinitat amb grups espiritistes o de vegetarians. Tots ells formaven part d'un gran moviment que volia transformar el món.

Activitat organitzada per Clubaires, Club de lectura del Casal de Barri Congrés-Indians.

Hatha loga 20.00 a 21.00 h

Aprèn postures per millorar la flexibilitat i la força dels teus músculs.

Activitat del Casal de Barri Congrés-Indians

Jornades de balls del món

Vine a ballar tota la tarda amb les voluntàries de l'Associació Caliu-Congrés i conèixer els balls típics del Perú.

Sevillanes

16.00 h

Vine a aprendre, practicar i gaudir d'aquest ball típic d'Andalusia que es coneix a tot el món.

A càrrec d'Estrella Aguilera, voluntària de Caliu-Congrés.

Sardanes

17.00 h

Vine a aprendre i gaudir d'aquesta dansa tradicional catalana.

A càrrec d'Antonia Agesta, voluntària de Caliu-Congrés.

Country

18.00 h

Aquest ball originari dels Estats Units, és una activitat divertida per ballar de forma grupal.

A càrrec de María Ángeles Martínez, voluntària de Caliu-Congrés.

Mostra del balls del Perú

19.30 h

“Danzando sin fronteras”, un tastet de l'espectacle de dansa de l'agrupació Perú Contemporáneo.

Dimecres 27

loga

10.00 a 11.00 h

Cuida i enforteix el cos i la ment. Aquesta disciplina millora la flexibilitat, l'equilibri, i el to muscular. Treballem la correcció postural, millorem les tècniques de respiració, reduïm l'estrès i equilibrem el sistema nerviós.

A càrrec de Neus Gimeno, voluntària de Caliu-Congrés

Puntes de coixí

10.00 a 12.00 h

Aquest art tèxtil, desenvolupa la creativitat i treballa la concentració. Apreneuràs l'ús de patrons, materials, eines i tècnica. No t'ho perdís!

A càrrec de Pilar Ortín, voluntària de Caliu-Congrés.

Presentació del llibre *Alba*, de Laura Canora

18.00 h

Alba és la crònica que recull una part de les experiències, els pensaments i les vivències de l'autora durant la gestació de la seva filla. El text ha estat dormint molt de temps en un calaix fins que, en arribar la seva jubilació, l'autora va decidir rescatar-lo. La Laura és una de les voluntàries del Casal i porta el taller d'escriptura creativa de l'Associació Caliu-Congrés.

Amb la participació de Germán Bartolomé Cerdà, editor d'El punt volat.

Talla de fusta

18.00 a 20.00 h

Aquest procés artesanal consisteix en donar forma a la fusta mitjançant tècniques específiques. Anima't a entrar en aquest món de creativitat i dedicació.

A càrrec de Jordi Boné, voluntari de Caliu-Congrés.

Tarda esportiva

18.00 h

Si t'agrada el bàsquet participa en el concurs de triples i de two ball i guanya una tarda de diversió.

A càrrec de l'Associació Esportiva l'Alzina i amb la col·laboració de l'Agrupació Congrés Tennis Taula.

Dona, dona't una tarda per a tu!

Vine a gaudir d'una tarda d'activitats i espectacles per a tot públic, fet per dones.

Taller de danses urbanes

18.00 a 19.00 h

Aquest taller pretén no sols moure el cos amb energia ballant danses urbanes, sinó que, a més, ens endinsarem en els musicals de Broadway.

A càrrec de Laura Miras, voluntària del Casal de Barri Congrés-Indians.

Actuació del Grup de danses urbanes Les Papallones

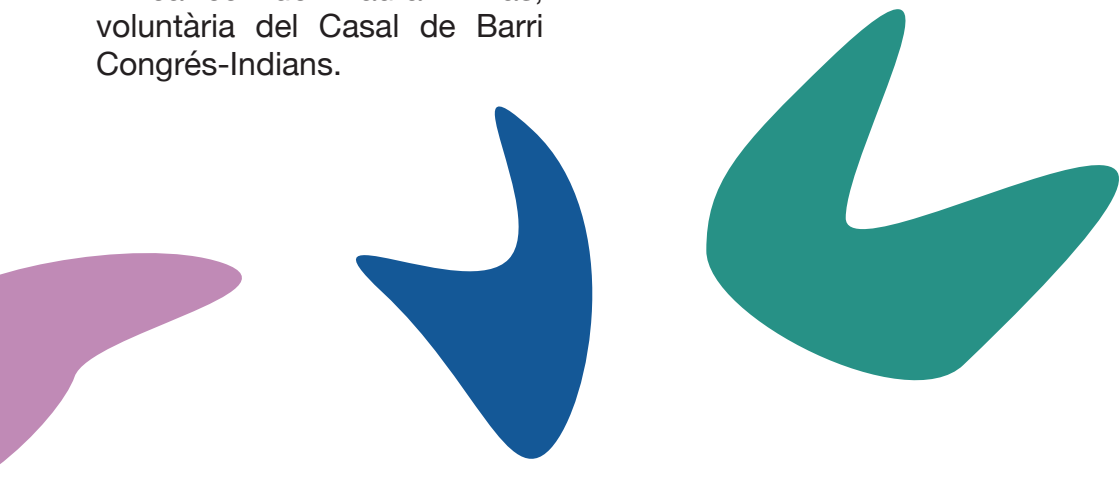
19.00 h

El grup de ball "Les Papallones", va sorgir del primer taller de danses urbanes que es va fer al Casal de Barri l'any 2018, i fins ara continuen amb força i ganes per continuar endavant i oferir el seu espectacle al barri.

Concert de Rèdio Cappella amb la participació de l'Angie Grau

19.30 h

Rèdio Cappella és un grup de quatre dones que canten a cappella, fent harmonies de veus sense instruments, i interpreten temes de Soul, pop i gospel. Esperem que gaudiu de els seus arranjaments vocals!



Dijous 28

Creació de murals comunitaris

9.30 h

Entre tots i totes crearem 4 murals que transformaran els espais del Casal de Barri. Allò conegut i estàtic es convertirà en una nova realitat amb més color, empatia i creativitat. No t'ho perdís, el Casal és un espai per a tothom!

A càrrec de l'Associació d'art teràpia Artenea.

Amb la col·laboració dels alumnes de les escoles Ferran i Clua i Ramon Llull.

Marqueteria

11.00 a 13.00 h

Aprenem diverses tècniques i l'ús de materials en aquesta disciplina. A més de treballar ens passarem una bona estona compartim coneixements i experiència.

A càrrec de Jordi Boné, voluntari de Caliu-Congrés.

Punt de creu

16.00 a 18.00 h

Una de les formes més populars i antigues de brodat. Vine a aprendre i perfeccionar els diferents tipus de puntades i els teixits més adients per treballar.

A càrrec de la tallerista voluntària de l'Associació Caliu-Congrés Maria Dolores Ramírez.

Coneix els serveis que hi ha en el Casal de Barri Congrés-Indians

17.00 h

Coneixes l'Espai Familiar? Saps que és VilaVeïna? Vols conèixer el servei de Concilia? Sabies que Konsulta'm+22 és un servei de benestar emocional? Vine a la xerrada de serveis del Casal de Barri on parlarem de com pots beneficiar-te d'aquest recursos que oferim per millorar la qualitat de vida del veïnatge.



Antídots contra la soledat

18.30 h

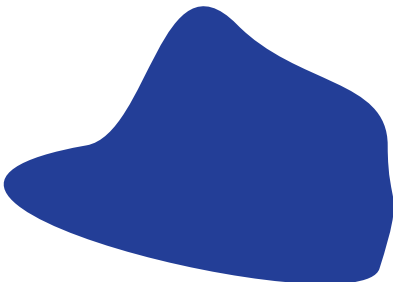
Des dels serveis de Vila Veïna i Konsulta'm+22, hem preparat una tarda de joc: Antídots contra la soledat, un joc que ens convida a posar sobre la taula el que pensem sobre la soledat, el que sentim, com l'abordem i com ens en sortim. Anima't i vine aquest espai obert a tothom, per compartir una bona estona, xerrar i conèixer les persones que us acompanyen. Us Esperem!

Organitzat per Konsulta'm+22 i VilaVeïna

Pilates

20.00 a 21.00 h

Pilates és un sistema d'entrenament físic que aporta molts beneficis al sistema nerviós. Ajudant a combatre trastorns com l'estrès i l'ansietat. Requereix d'una bona concentració i coordinació.



Tarda pels infants i joves del barri

Vine en família a gaudir de jocs, tallers i espectacles pensats per a tota la família.

JOCSDay

17.00 h

Una trobada on els i les joves podeu tastar nous jocs de taula que, amb molt d'enginy, els posaran a prova. Viu l'experiència! No saps el que t'estàs perdent!

A partir de 12 anys.

Activitats amb la col·laboració d'El Fènix Jocs de taula.

PIM! PAM! PUM!

17.30 h

Espectacle de narració oral i cançons a càrrec de Rubén Martínez Santana.

Hi ha contes que són cançons i cançons que són contes on el Rubén les interpreta acompanyant-se amb la seva guitarra. Divertides històries que conviden a somiar, cantar i somriure.

Espectacle familiar per a tots els públics.

Taller de corones de Flors

18.30 h

Una decoració típica entre els pobles eslaus. El taller consisteix en dibuixar, tallar i pegar flors i enllestir-les amb les cintes de colors.

A càrrec de l'Associació Eslava-Catalunya

Presentació podcast

“Azul o Rosa”

19.00 h

El Grup de joves de l'Espai Garcilaso presentaran en directe el podcast “Azul o Rosa” que aborda el tema del gènere, un espai per debatre sobre com les diverses mirades sobre el gènere incideix en la relació dels joves. Aquest projecte forma part de #Nohoneguis, un projecte pensat perquè els joves actuïn contra els discursos d'odi.

Participen en aquest projecte #Nohoneguis: Espai Jove Garcilaso, Casal de Barri Congrés Indians, Nadir i Intered. Amb el Suport de l'Ajuntament de Barcelona.

Divendres 29

Projecció del curtmetratge

Teen Horror

10.00 h

La coreògrafa Sara Manubens va acompanyar un grup d'alumnes de 3r d'ESO de l'Institut l'Alzina i els seus docents, en una producció de films de terror encreuats amb els seus propis imaginaris, pors i temàtiques de l'adolescència des d'un punt de vista crític, humorístic, fantàstic i sempre al límit de la realitat-ficció.

En el marc de la 14a edició d'Artistes EN RESIDÈNCIA als instituts de Barcelona, un programa de l'Institut de Cultura de Barcelona i del Consorci d'Educació de Barcelona. El procés de creació de Sara Manubens a l'Alzina ha comptat amb la mediació de La Poderosa.



Coneix l'Espai Familiar i de Criança del Casal de Barri Congrès-Indians

12.30 h

Podràs gaudir de racons diferenciats de l'espai familiar i fer petits tastets de propostes que es duen a terme a l'espai. Donem l'oportunitat a les famílies de conèixer i manipular diferents materials: racó de la lectura, racó de construccions, racó de la manipulació amb fang i pintura i racó de la psicomotricitat.

Taller d'iniciació al teatre

16.30 h

En aquest taller coneixerem elements bàsics de la interpretació teatral com la veu, la dicció, la projecció i l'expressió corporal. Farem dinàmiques i jocs teatrals amb la intenció que les persones participants desenvolupin la part histriònica que totes i tots tenim.

Bingo musical

18.00 h

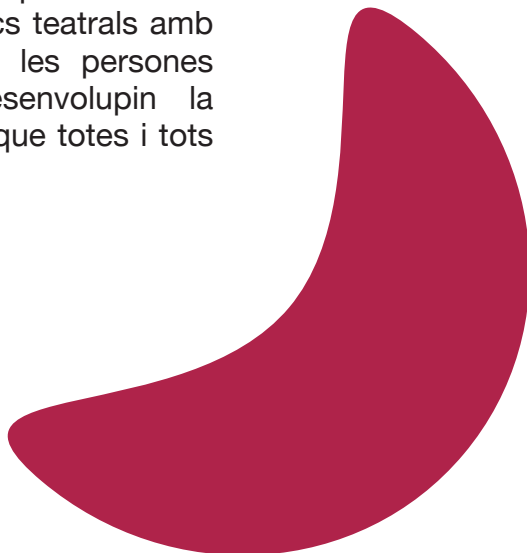
Vols posar a prova la teva memòria musical? No et perdis una tarda de lúdica en la qual podrem gaudir de bona música, riures i fins a algun premi et pots emportar. No faltis!

A càrrec de La Cofradia, jocs de rol.

Discoinferna

19.30 h

I per seguir amb la festa i la música, l'Angie Grau ens porta el seu projecte Discoinferna, on pots cantar i ballar amb ella temes coneguts de les grans dives dels anys 80. Un xou amb festa i xerinola garantida!



The top half of the image features a dark blue background with several abstract, organic shapes in various colors: pink, dark blue, light green, lime green, yellow, cyan, teal, and red. These shapes are scattered across the upper portion of the frame.

barcelona.cat/santandreu

 [@DistricteSantAndreu](https://www.instagram.com/DistricteSantAndreu)  [@bcn_santandreu](https://twitter.com/bcn_santandreu)  [Districte de Sant Andreu](https://www.facebook.com/Districte de Sant Andreu)

**Districte de
Sant Andreu**