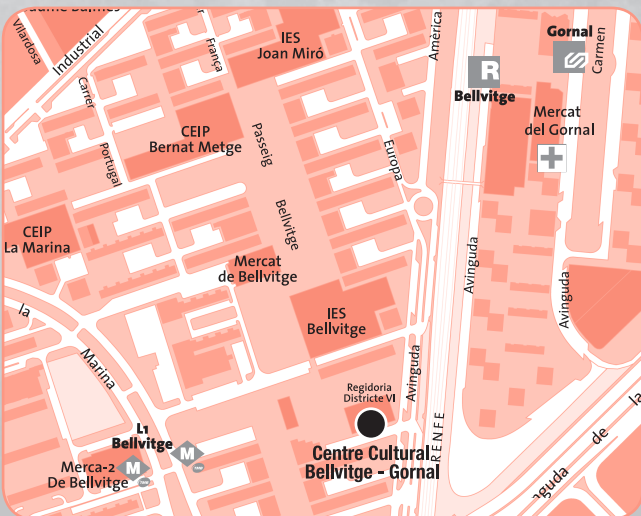




Centre Cultural Bellvitge-Gornal

Plaça de la Cultura, 1

08907 L'Hospitalet / Telèfon: 93 403 61 55

c.c.bellvitge-gornal@l-h.cat

<http://ccbellvitgegornal.l-h.cat>

facebook.com/ccbellvitgegornal

Edifici totalment adaptat

Metro L1: Bellvitge / FGC: Gornal / Renfe: Bellvitge

Informació i inscripcions:

De dilluns a divendres, de 17 a 20 h,
del 17 al 21 de setembre
al Centre Cultural Bellvitge-Gornal
(2a planta, despatx)



Descarrega't
la nostra APP



Ajuntament de L'Hospitalet



Activitats

Centre Cultural Bellvitge-Gornal

L'Hospitalet, setembre-desembre de 2018



• *Qi Gong / Massatge Tui Na*

• *Taller de batucada*

• *Taller d'història*

• *Taller de cuina*

• *Ioga*

• *Taller de cuina oriental*

• *Taller de màgia*

• *Taller de circ*



Activitats

Centre Cultural Bellvitge Gornal

L'Hospitalet, setembre-desembre de 2018



Qi Gong / Massatge Tui Na

Del 19 de setembre al 14 de novembre

Horari: els dimecres, de 19 a 20.15 h

Durada: 9 sessions

Preu: 45 euros

Organitza: Associació de Medicina Tradicional Xinesa

Que és el Qi Gong o Txikung? Es tracta d'exercicis per millorar la salut, equilibrar el cos i la ment, aconseguir viure molts anys de manera sana i despertar la funció fisiològica potencial del cos humà. Els moviments suaus d'aquesta tècnica ens tranquil·litzen, fan que ens concentrem, harmonitzem l'energia interna (qi), restableixen l'estat emocional i activen les funcions de tots els sistemes fisiològics. És a dir, ajuden a curar les malalties i milloren la salut.



Taller de batucada

Del 26 de setembre al 12 de desembre

Horari: els dimecres, de 20 a 21 h

Durada: 12 sessions

Gratuït

Docent: Àngela Albadalejo

Organitza: Amics de la Música de Bellvitge

La batucada és una manifestació musical consistent en un grup d'instruments de percussió. Té com a característica principal l'accentuació del segon temps en els compassos. Es considera, de vegades, una derivació de la samba. L'origen de la batucada està en les cultures africanes, on s'han donat sempre formacions de tambors per celebrar festivitats populars.

Aquesta activitat es durà a terme a la seu de l'escola dels Amics de la Música de Bellvitge.



Taller d'història

Taller de memòria oral dels barris de la Bomba i Can Pi

Del 27 de setembre al 13 de desembre

Horari: els dijous, de 18 a 20 h

Gratuït

Organitza: LaFundición

El taller d'història és un espai dedicat a la recuperació de la memòria dels barris de barraques de L'Hospitalet, centrant-nos en els barris de la Bomba, Can Pi i la Cadena. Si us ve de gust, podeu aportar el vostre testimoni i col·laborar en el record i l'escriptura d'una història d'aquestes barriades oblidades de L'Hospitalet.

Què és un taller d'història?

És un lloc de trobada entre persones que tenen un coneixement directe de determinats fets històrics per pensar i escriure la història entre totes i tots. Els tallers d'història van aparèixer al Regne Unit a finals dels anys 60 del segle XX com un moviment impulsat pel Ruskin College Oxford, que proposava democratitzar la història i propiciar que aquesta fos escrita "des de baix", per la gent.





Yoga

Una disciplina física i mental tradicional originària de l'Índia. La paraula ioga s'associa a pràctiques de meditació. Estil suau, lent i profund que t'ajudarà a enfocar i calmar la ment, obrir i tonificar el cos, deixar anar tensions i omplir-te. Material necessari: una tovallola, aigua, roba i calçat còmodes.

Iniciació

Del 2 d'octubre al 27 de novembre
Horari: els dimarts, de 17.30 a 19 h
Durada: 9 sessions
Preu : 47,52 euros
Docent: **Mercè Vidal**

Avançat

Del 2 d'octubre al 27 de novembre
Horari: els dimarts, de 19 a 20.30 h
Durada: 9 sessions
Preu : 47,52 euros
Docent: **Mercè Vidal**



Taller de cuina oriental

Inici: 18 d'octubre
Horari: els dijous de 18.30 a 20.30 h
Sessions: 18 i 25 d'octubre i 8, 15, 22 i 29 de novembre
Preu: 42,24 euros. Suplement de 15 euros per a ingredients
Repasarem les millors receptes de la cuina del Japó, Tailandia, Xina... La cuina asiàtica ens ha descobert una cuina

mil·lenària i molt sana que ens aporta un important valor nutritiu, molt beneficiós per a la nostra salut. Redescobrirem les tècniques de cocció més saludables i fàcils de dur a terme.



Taller de màgia

Inici: 19 d'octubre
Horari: els divendres, de 18 a 20 h
Sessions: 19 i 26 d'octubre, i 8 i 15 de novembre
Gratuït
Docent: **Ser Júlian**

Taller d'iniciació a món de la màgia. Introducció a les diferents tècniques bàsiques.



Taller de circ

Inici: 8 de novembre
Horari: els dijous, de 17.30 a 19 h
Sessions: 8, 15, 22 i 29 de novembre
Gratuït

Quatre sessions en què podràs introduir-te en el món del circ i treballar les habilitats personals relacionades amb la destresa, l'equilibri, els reflexos, el gest i les tècniques bàsiques pròpies del món del circ.

