

BELLVITGE-GORNAL
 Centres Culturals de L'Hospitalet

Centre Cultural Bellvitge-Gornal

Plaça de la Cultura, 1
08907 L'Hospitalet

<http://ccbellvitgegornal.l-h.cat>
[facebook.com/ccbellvitgegornal](https://www.facebook.com/ccbellvitgegornal)

Edifici totalment adaptat

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

Informació i inscripcions presencials:

De dilluns a divendres, de 17 a 20 h,
del 21 al 25 de gener
al Centre Cultural Bellvitge-Gornal
(2a planta, despatx)
Telèfon: 93 403 61 55
Inscripcions per correu electrònic:
c.c.bellvitge-gornal@l-h.cat



Descarrega't la nostra APP



Ajuntament de L'Hospitalet



Activitats

Centre Cultural Bellvitge-Gornal

L'Hospitalet, gener-març de 2019

- *Taller de ioga*
- *Taller de cuina*
- *Taller de fotografia*
- *Arts escèniques*
- *Taller de circ*
- *Taller de teatre*
- *Taller de batucada*
- *Taller d'història*
- *Qi Gong / Massatge Tui Na*



Activitats

Centre Cultural Bellvitge-Gornal

L'Hospitalet, gener-març de 2019



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

Tots els dimarts, del 29 de gener al 2 d'abril

Horari: de 17.45 a 19.15 h

Durada: 10 sessions

Preu : 52,80 euros

Docent: **Mercè Vidal**

Avançat

Tots els dimarts, del 29 de gener al 2 d'abril

Horari: de 19.15 a 20.45 h

Durada: 10 sessions

Preu : 52,80 euros

Docent: **Mercè Vidal**



Taller de cuina

Cuina de temporada

Tots els dijous, del 7 de febrer al 14 de març

Horari: de 18.30 a 20.30 h

Preu: 42,24 euros + suplement de 15 euros per a ingredients

T'agrada remenar cassoles, experimentar amb les receptes i gaudir del resultat? Doncs et proposem un taller per aprofitar els productes d'hivern, els aliments frescos i de proximitat

on les receptes tradicionals, senzilles i originals seran la forma d'aprendre tècniques de cocció, de tall i les millors receptes de temporada.



Taller de fotografia

“Som barri”

Els dimecres 6, 13, 20 i 27 de febrer

Horari: de 17 a 19 h

Durada: 8 hores

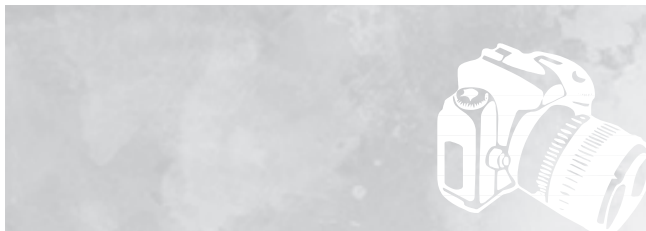
Docent: Nèstor Rives

Gratuït

Taller destinat a desenvolupar d'una manera intensiva el tema de la fotografia de carrer i, posteriorment, la creació i la producció d'un projecte fotogràfic conjunt per després obtenir-ne un llibre/*fanzine*.

La primera fase anirà enfocada a la fotografia de carrer, amb una mica de teoria i un estudi de referents; la segona fase, en la qual es realitzarà aquest tipus de fotografia, serà totalment pràctica.

Per últim es realitzarà una recerca de solucions per dur a terme el treball fotogràfic realitzat en un format de publicació/llibre. El taller es pot dur a terme amb càmeres digitals senzilles o, fins i tot, amb el mòbil.



Arts escèniques

Projecte Barris en Dansa

Tots els dimarts, del 15 de gener al 21 de maig

Horari: de 17.30 a 22 h

Tots els dimecres, del 23 de gener al 15 de maig

Horari: de 19 a 22 h

Gratuït

Taller de circ

Dies: els dilluns 4, 11, 18 i 25 de febrer

Horari: de 17.30 a 19 h

Gratuït

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

Taller de teatre

Dies: els dijous 31 de gener, 7, 14, 21, i 28 de febrer, 7, 14, 21, i 28 de març, i 4 d'abril

Horari: de 18 a 20 h

Preu: 20 euros

Places: 15

Organitza: Mala Vida Prodaxions

T'agraden el cinema i el teatre?, vols iniciar-te en l'art de la interpretació i pujar a un escenari?. En aquest curs tindràs l'oportunitat de conèixer les tècniques necessàries per a la construcció d'un personatge a traves de la realització d'un monòleg dramàtic.

El teatre desenvolupa la creativitat, millora les capacitats comunicatives i ajuda a superar complexos i inseguretats. No es requereix ni formació ni experiència prèvia.

A partir dels 16 anys.

Faller de batucada

Tots els dimecres, del 30 de gener al 27 de març

Horari: de 20 a 21 h

Docent: **Ángela Albadalejo**

Gratuït

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

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

Tots els dijous, del 24 de gener a l'11 d'abril

Horari: de 18 a 20 h

Gratuït

Organitza: **LaFundició**

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.

Que és un taller d'història?

És un lloc de trobada entre persones que tenen un coneixe-

ment 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 d'Oxford, que proposava democratitzar la història i propiciar que aquesta fos escrita "des de baix", per la gent.



Medicina tradicional xinesa

Qi Gong / Massatge Tui Na

Tots els dimecres, del 23 de gener al 27 de març

Horari: de 19 a 20.15 h

Preu: 50 euros

Organitza: **Associació de Medicina Tradicional Xinesa**

Què 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 i harmonitzem l'energia interna (qi), restableixen l'estat emocional i activen les funcions de tots els sistemes fisiològics.

