

## CERÀMICA: CREA AMB LES TEVES MANS

Dilluns i dimecres de 19.15 a 21.15 h (6 sess. Inici 3 de juliol) Preu: 65,19 €

Amb suplement

Professora: Kristine Vísnapé

Troba el teu estil experimentant i jugant amb la ceràmica i crea un set d'esmorzar complet: una tassa i el seu plat, un bol de cereals, un plat per la torrada... Treballarem amb diferents tècniques de decoració, com l'esgrafiat i el pintat amb engalbes. Acabarem esmaltant les peces per aconseguir l'acabat brillant i apte per a un ús alimentari.

## ACTIVITAT FÍSICA

### TAI-TXI

Dilluns i dimecres de 9.30 a 11 h (6 sess. Inici 3 de juliol) Preu: 48,90 €

Professor: Ricard Fané

El tai-txi és una antiga art marcial xinesa que comporta la pràctica d'exercicis senzills, suaus i relaxants, sincronitzant la respiració amb el moviment i la consciència corporal. Cal portar calçat i roba còmoda.

### PILATES

Dilluns i dimecres d'11.15 a 12.45 h (6 sess. Inici 3 de juliol) Preu: 48,90 €

Professora: Lucrecia Guio

Un sistema d'exercicis enfocats a potenciar la flexibilitat del cos, tonificant els músculs, enfortint-los i estirant-los, per afavorir una bona postura, més control i la precisió dels moviments. Cal portar calçat i roba còmoda.

### ZUMBA FITNESS

Dilluns i dimecres de 19.30 a 20.45 h (6 sess. Inici 3 de juliol) Preu: 40,75 €

Professora: Anna Plana

Atreix-te a moure tot el cos i divertit-te al ritme de la música, treballant cada múscul, guanyant en flexibilitat i equilibri i realitzant exercici cardiovascular d'alta i baixa intensitat. Aquest és el moment per treure l'energia que portes dins! Cal portar calçat i roba còmoda.

### DANSA

### BALLS EN LÍNIA: TWIST, TXA-TXA-TXA I MOLT MÉS!

Dimarts i dijous d'11.45 a 13.15 h (6 sess. Inici 4 de juliol) Preu: 48,90 €

Professora: Xavier Colomer

Ballarem diferents ritmes coneguts com el rock, el vals, el tango, el twist o el txa-txa-txa. A partir d'aquests balls, treballarem l'orientació espacial, la memòria i la coordinació motora. Vine a ballar ritmes clàssics i moderns! Cal portar calçat i roba còmoda.

### AFROBEATS

Dimarts i dijous de 19.15 a 20.45 h (6 sess. Inici 4 de juliol) Preu: 48,90 €

Professora: Nicolas Remigio Esono

Diverteix-te i aprèn els passos i postu-

res bàsiques de l'afrobeats trobant el teu propi estil. Allibera't dels bloquejos i aprèn a fluir a través de la dansa. Descobrirem els groove de l'afro recorrent els diferents països a través dels seus ritmes: azonto, coupepedecale, ndombolo, shaku shaku... Cal portar calçat i roba còmoda.

## GASTRONOMIA

### CUINA GURMET PER A TOTS ELS PALADARS

Dilluns i dimecres de 19.30 a 21.30 h (6 sess. Inici 3 de juliol) Preu: 65,19 €

Amb suplement

Professora: Anabel González

La cuina gurmet és creativitat, originalitat i revolució. Donant una volta als ingredients i a la manera de cuinar-los, aconseguirem plats molt saborosos i estèticament molt atractius per gaudir no només dels sentits del gust i l'olfacte. A la cuina gurmet la vista és important i l'emplatat amb detall agafa un gran protagonisme. Si busques plats diferents, originals i boníssims, t'esperem a la nostra cuina!

### CUINA VEGETARIANA: SABOR I COLOR

Dilluns i dimecres de 17 a 19 h (6 sess. Inici 3 de juliol) Preu 65,19 €

Amb suplement

Professora: Muntsa Holgado

Aprofita al màxim els productes que ens ofereix l'estiu per gaudir de plats divertits, saludables, saborosos i rics en nutrients. Combinacions originals per fer-ne una experiència deliciosa. Vegetarianitza el teu estiu!

### CUINA REFRESCANT DEL JAPÓ

Dimarts i dijous de 17 a 19 h (6 sess. Inici 4 de juliol) Preu: 65,19 €

Amb suplement

Professora: Miho Miyata

La cuina japonesa és atractiva pel seu gust exòtic i, alhora, per ser lleugera i saludable, amb receptes genials per suportar millor la calor. Aprendre a cuinar plats típics de la seva gastronomia més refrescant com els fideus amb salsa freda, tataki de peix o el marinat de verdures. Bon profit!

### VINS FRESCOS PER GAUDIR L'ESTIU

Dimarts i dijous de 19.30 a 21 h (6 sess. Inici 4 de juliol) Preu: 48,90 €

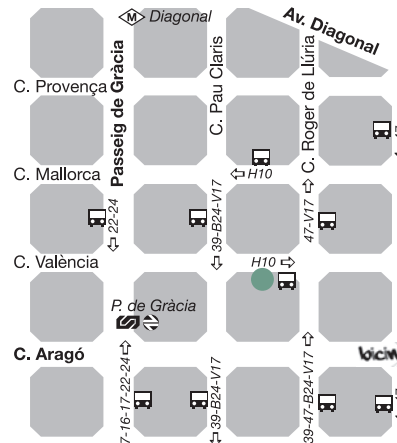
Amb suplement

Professora: Cel-la Mondéjar

D'entre tots els vins que trobem al mercat coneixerem les varietats més fresques i les elaboracions més adequades per als dies i les nits de més calor. Tastarem junts diferents tipus de vi per descobrir les nostres preferències i poder gaudir, encara més, del plaer d'una bona copa a l'estiu.



## MAPA



## ADREÇA

**Centre Cultural La Casa Elizalde**  
València, 302 - 08009 Barcelona  
Tel. 93 488 05 90  
casaelizalde@casaelizalde.com  
casaelizalde.com

f casaelizalde  
t casaelizalde  
@ casaelizalde

📍 Passeig de Gràcia - L2, L3 i L4  
Diagonal- L3 i L5

🚶 Provença  
🚶 Pg. de Gràcia  
🚶 7, 22, 24, 39,  
47, B-24, H10 i V17

🚶 C. Bruc amb C. Aragó

♿ Equipament parcialment accessible

## HORARI DEL CENTRE

De dilluns a divendres  
de 9 a 21 h  
Dissabtes de 9 a 14 h

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 exercir 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), Calaix de Cultura c. Diputació 185, pral. 1a 08011 de Barcelona. calaixdecultura@calaixdecultura.cat.

Gestió tècnica: Calaix de Cultura SL.

Districte de  
l'Eixample

Centre Cultural  
La Casa Elizalde

# TALLERS CULTURALS

Estiu 2023



# ELIZALDE

Ajuntament de  
Barcelona



Les teves ganes de fer coses van més enllà de la xafogor de l'estiu? A casa nostra t'ofereim un bon grapat de tallers perquè passis un juliol ben entretingut.

Vine a viure un estiu de pel·lícula amb els nostres cursos!

## #ElizaldeTallers

### INSCRIPCIONS

#### A partir del 6 de juny

En línia: a partir de les 9 h al web del centre.  
Presencial: de dilluns a divendres de 10 a 20 h.

Es recomana fer la inscripció en línia i el pagament amb targeta.

Descomptes per a persones en situació d'atur, persones amb discapacitat i amb el Carnet Jove. Inscripcions només presencials. Consulteu el web del centre.

Un cop realitzada la inscripció no es retornarà l'import de la matrícula, excepte si el taller és anul·lat per part de l'organització.

Llegenda

**N** Taller nou

### TALLERS CULTURALS

### HUMANITATS

#### DE L'ANÈCDOTA A L'ESDEVENIMENT: POLÍTICA, HISTÒRIA I SOCIETAT **N**

**Dilluns i dimecres de 18 a 20 h (6 sess. Inicial 3 de juliol) Preu: 65,19 €**

*Professor: Adrián Caballero*

Sabies que el mur de Berlín va caure per l'error d'un funcionari? O que hauria passat a les eleccions del 2004 si l'11M no s'hagués atribuït a ETA? Repassarem sis moments icònics de la política i la història a partir d'un instant, un error o una anècdota que ens ajudarà a entendre millor als seus protagonistes i el perquè de tot plegat. Amb la participació de l'alumnat, analitzarem i debatem sobre l'impacte que han tingut a la nostra societat.

#### PASSEJANT PER BARCELONA: HISTÒRIES I ANÈCDOTES DE LA NOSTRA CIUTAT **N**

**Dilluns i dimecres de 10.30 a 12.30 h (6 sess. Inicial 3 de juliol) Preu: 65,19 €**

*Professor: Marc Jobani*

Des de quan la Mercè és matrona de Barcelona? Són el mateix un bastaix, un palanquí i un macip de ribera? Qui eren els vigatans i per què? On es troba l'antic barri de Los Cañones? Us proposem refrescar la memòria urbana amb sis passejades amb les quals recordarem aquestes i altres apassionants històries, llegendes i curiositats de Barcelona que ressonen des del centre fins als turons.

i textures, és un gran narrador dels esdeveniments històrics que han marcat la història de la humanitat. Un exemple és el Guernica de Pablo Picasso. A través de l'obra d'art, l'artista manifesta sentiments, emocions i idees que ens permeten conèixer els canvis polítics, socials i culturals d'un fet històric. Partint del Renaixement, abordarem la història d'Europa des d'una perspectiva multidisciplinària a partir de deu pintures que s'han convertit en icones, no només dels artistes que les van crear sinó de l'època que les va veure néixer.

#### PARÍS, LONDRES I FLORÈNCIA: DESCOBREIX EL SEU ENCANT A TRAVÉS DE L'ART **N**

**Dimarts i dijous de 18 a 20 h (6 sess. Inicial 4 de juliol) Preu: 65,19 €**

*Professor: Carmina Vivas*

Has somiat alguna vegada en visitar la basílica de Santa Maria Novella o la capella Sainte-Chapelle a París? Us convidem a viatjar per algunes de les ciutats més emblemàtiques d'Europa. El viatge ens portarà a conèixer els principals esdeveniments polítics i culturals, així com a gaudir de la bellesa dels seus monuments i obres d'art, a través dels quals realitzarem un recorregut històric per Les Invalides a París, Les Capelles Medicees a Florència o els Docklands del Londres modern. T'animes a desxifrar el perquè del seu encant?

#### L'ESTIU ALS MUSEUS: DESCOBREIX LES MILLORS EXPOSICIONS DE LA CIUTAT!

**Dimarts i dijous de 17 a 19 h (6 sess. Inicial 4 de juliol) Preu: 65,19 €**

*Professor: Loli Acebal*

Ets una apassionada del món de l'art? Et convidem a descobrir les millors exposicions de l'estiu als museus de Barcelona! Les visites estaran dinamitzades per una professora d'art. A través d'aquestes, contextualitzarem totes les obres, aprendrem a desenvolupar l'esperit crític i experimentarem amb l'art en totes les seves possibilitats. *Les entrades aniran a càrrec de les persones participants.*

#### CONVERSES FILOSÒFIQUES

**Dimarts i dijous de 10.30 a 12.30 h (6 sess. Inicial 4 de juliol) Preu: 65,19 €**

*Professor: Nacho Bañeras*

De la mà de diferents filòsofs i filòsofes de la història, com Spinoza, Martha Nussbaum o Susan Schneider entre d'altres, reflexionarem al voltant de temàtiques candents de l'actualitat i qüestions relacionades amb nosaltres mateixos. Buscarem conèixer i debatre sobre la naturalesa del nostre present, sobre qui som, com pensem o com volem viure.

#### ESCRITORES CATALANES CONTEMPORÀNIES:

#### MONSERDÀ, ARQUIMBAU, MURIÀ, CAPMANY I SOLÀ **N**

**Dilluns i dimecres de 10.30 a 12.30 h (6 sess. Inicial 3 de juliol) Preu: 65,19 €**

*Professora: Iris Llop*

Et convidem a conèixer la tradició literària catalana contemporània a partir de

l'escriptura de dones. Començarem fent una anàlisi de la literatura catalana del segle XX i XXI que ens permetrà veure quines autores s'han convertit en model per a les noves generacions i quines són les tendències actuals. Partirem de diversos enfocaments, com la literatura comparada i la teoria literària feminista i passarem pels diferents gèneres literaris com ara la novel·la, els contes, l'assaig o el periodisme. Reflexionarem també sobre la tasca de recuperació d'aquesta tradició literària per part d'editorials catalanes. A l'última sessió es farà una visita a l'Editorial Comanegra.

### CIÈNCIA I NATURA

#### ASTRONOMIA: UNA FINESTRA A L'UNIVERS

**Dimarts i dijous de 17 a 19 h (6 sess. Inicial 4 de juliol) Preu: 65,19 €**

*Professor: Montse Ribell*

Mai t'has preguntat per què la lluna gira al voltant de la terra, com es formen les constel·lacions o si hi ha vida més enllà del nostre sistema solar? Aquest curs està pensat per a les persones que vulguin tenir una visió general de l'Univers. Començarem amb una descripció dels principals astres i agrupacions d'astres que componen el nostre sistema solar fins a les galàxies més llunyanes, continuarem amb la formació d'estrelles i acabarem amb el Big Bang, origen i evolució de l'Univers.

#### PASSEJADES DE CAPVESPRES PER COLLSENEROLA

**Dimarts de 18 a 21 h (4 sess. Inicial 27 de juny) Preu: 65,19 €**

*Professor: Sergi Lozano*

Ens endinsarem per la Serra de Collserola tot descobrint nous racons i indrets amagats. Recorrerem alguns camins, travesses i corriols pels diferents vessants de la muntanya, acompanyats de les millors vistes panoràmiques de la ciutat, dels seus turons i boscos i envoltats d'un increïble paisatge natural. *Les sortides són accessibles amb transport públic.*

### CREIXEMENT PERSONAL

#### EL BENESTAR EMOCIONAL: EINES PER VIURE AL CENT PER CENT **N**

**Dimarts i dijous de 10 a 12 h (6 sess. Inicial 4 de juliol) Preu: 65,19 €**

*Professor: Rebeca Bermúdez*

Inicia un recorregut cap a l'autodescobriment del teu benestar a través de pràctiques de Mindfulness, exercicis narratius i artteràpia. Aprendre a viure el present a través de valorar el que tenim, el que som, generant emocionalitat positiva i posant en marxa les teves fortaleses.

#### L'AUTENTICITAT PERSONAL: POTENCIA LES TEVES HABILITATS I TALENTS **N**

**Dilluns i dimecres de 17 a 19 h (6 sess. Inicial 3 de juliol) Preu: 65,19 €**

*Professora: Cristina Morales*

Aquest estiu et proposem autodesco-

brir-te! Connectarem amb la nostra autenticitat personal, per identificar i acceptar les nostres maneres de ser reals i atrevir-nos a expressar-les sense prejudicis. Treballarem els pilars bàsics de la nostra identitat, descobrirem eines que ens permetran conèixer el nostre jo real i aprendrem a tenir una personalitat més sòlida per potenciar les nostres habilitats i talents personals.

#### MINDFULNESS PER VIURE PLENAMENT

**Dimarts i dijous de 17 a 19 h (6 sess. Inicial 4 de juliol) Preu: 65,19 €**

*Professora: Laura Casas*

Vols cuidar-te i augmentar la teva qualitat de vida? A través del Mindfulness connectarem amb el present, el nostre interior i el nostre entorn. A través de diferents tècniques, prendrem consciència del nostre cos i ment, aprendrem a observar els pensaments i descobrirem una nova manera de veure els reptes i com encarar-los. D'una manera amable i sàvia, millorarem la consciència, alliberarem tensions i desenvoluparem flexibilitat mental, paciència i acceptació.

### EXPRESSIÓ I CREATIVITAT

#### LET'S SING: ELS MUSICALS

**Dilluns i dimecres de 19 a 21 h (6 sess. Inicial 3 de juliol) Preu: 65,19 €**

*Professora: Xènia Lanau*

Si t'apassiones els musicals com Grease, West Side History, Cantant sota la pluja... i t'encanta interpretar les seves cançons a ple pulmó, no et pots perdre aquest taller! Treballarem una canço individual, a escollir per cada participant i una de grupal, d'un musical molt conegut. Aprendrem les eines bàsiques de tècnica vocal posant èmfasi en l'afinació, el ritme i les dinàmiques musicals de cada tema. I treballarem les emocions del personatge per ajudar-te en la interpretació.

#### TEATRE: INICIA'T AL MÓN DELS MONÒLEGS **N**

**Dimarts i dijous de 19 a 21 h (6 sess. Inicial 4 de juliol) Preu: 65,19 €**

*Professora: Júlia Reiffs*

El monòleg teatral és una experiència, un repte satisfactori, un gènere brillant i complex. Ens aproximarem a textos teatrals clàssics i contemporanis que ens permetran jugar amb la ficció teatral i ens convertirem en les úniques i autèntiques protagonistes del nostre propi monòleg.

#### ESCRITURA CREATIVA: MOLT MÉS QUE COMBINAR PARAULES

**Dimarts i dijous de 18.30 a 20.30 h (6 sess. Inicial 4 de juliol) Preu: 65,19 €**

*Professora: Marla Jacarilla*

Desconeixes les eines per crear un relat o una novel·la? Sabies que l'escriptura és molt més que unir paraules entre si? Si el que t'agrada és l'escriptura, et convidem a descobrir les eines clau per endinsar-te en el món de la creació i adquirir destresa. Aprendreàs

algunes pautes indispensables per a tot relatiu com l'estructura literària, la creació de personatges, tipologies de narradors i l'ús de figures literàries. Exercitaràs la teva creativitat i les teves inquietuds literàries.

#### FOTOGRAFIA URBANA: BARCELONA, CIUTAT DE CONTRASTOS **N**

**Dilluns i dimecres de 18 a 20 h (6 sess. Inicial 3 de juliol) Preu: 65,19 €**

*Professor: Luis Giménez*

Un taller pràctic per aprendre a desenvolupar una sèrie fotogràfica que mostri els contrastos socials, arquitectònics i culturals existents a la ciutat. Treballarem la pràctica de la càmera de manera manual, ens enfocarem en la mirada i la composició i aprendrem a desenvolupar un treball fotogràfic narratiu i unitari.

#### REVELA AMB LA LLUM DEL SOL: CIANOTÍPIA O BLUEPRINT

**Dilluns i dimecres de 17 a 19 h (6 sess. Inicial 3 de juliol) Preu: 65,19 €**

*Amb suplement*

*Professora: Kati Riquelme*

La cianotípi o blueprint és un procés d'impressió amb llum ultraviolada que es pot aplicar sobre tela, fusta o paper. Treballarem amb fotogrames en blau de Prússia sobre diferents suports i utilitzarem la tècnica com a eina d'experimentació i creació. El curs està dirigit a totes les persones que estiguin interessades a aprofundir en coneixements sobre tècniques de fotografia argentica i que volen experimentar amb la impressió ultraviolada.

#### DIBUIX AMB MODEL AL NATURAL

**Dilluns i dimecres de 18 a 20 h (6 sess. Inicial 3 de juliol) Preu: 65,19 €**

*Amb suplement*

*Professora: Maria Pappalardi*

Aprendrem i perfeccionarem l'encaix i les proporcions de la figura humana. Part de les classes seran dedicades a l'estudi del retrat i part al cos sencer, sempre amb model al natural i alternant model masculí i model femení amb diferents anatomies. Estudiarem les proporcions amb posicions llargues i apunts ràpids per deixar anar la mà. *El material anirà a càrrec de les persones participants.*

#### L'ART DE L'AQUAREL·LA: UN MÓN PLE DE POSSIBILITATS

**Dimarts i dijous de 18 a 20 h (6 sess. Inicial 4 de juliol) Preu: 65,19 €**

*Professor: Sergio Moreno*

L'aquarel·la té una qualitat d'expressió molt rica i lliure, permet crear uns efectes que cap altra pintura aconsegueix. Coneixerem aquesta tècnica pictòrica mil·lenària i observarem les realitats que se'ns presenten per transformar-les cap a la nostra visió personal i descobrint el nostre llenguatge. Es posarà èmfasi en el dibuix urbà i de paisatge. Un taller tant per iniciar-se amb l'aquarel·la com per continuar completant la seva pràctica. *El material anirà a càrrec de les persones participants.*