

TALLERS TARDOR CASAL DE BARRI ESPAI ANTONI MIRÓ PERIS



INSCRIPCIONS



Període d'inscripcions de l'Espai Antoni Miró Peris

- Del 16 al 27 de setembre de 2019.
- Els cursos s'impartiran durant els mesos d'octubre, novembre i desembre de 2019.

Inscripcions presencials

- A plaça de Carme Montoriol, 10 – 08026, Barcelona.
- Dimecres de 10.30 a 13.30 h i de dilluns a divendres de 16.30 a 21 h.
- Pagament amb targeta bancària. En cas de no disposar de targeta, el pagament es podrà fer a les oficines de l'entitat bancària que s'indicarà.
- Si es paga amb targeta caldrà presentar el DNI del titular. Si el pagament es fa a través de les oficines de l'entitat bancària, caldrà presentar el comprovant de l'ingrés en un termini màxim de tres dies naturals després d'haver efectuat la matrícula.
- Pels tallers familiars la inscripció és a nom de l'adult que participarà amb l'infant a l'activitat. El preu de l'activitat inclou la matrícula de l'infant i la de l'adult.



Inscripcions on-line

- Del 16 al 27 de setembre de 2019.
- Pagament amb targeta bancària.
- A les inscripcions on-line als tallers infantils i/o familiars s'ha d'inscriure només l'adult responsable de l'infant. En el cas de les activitats familiars el preu inclou infant i adult.



Condicions de la matrícula

- Els cursos de l'EAMP són per a persones majors de 18 anys (excepte en els cursos específics per a infants i/o familiars).
 - Un cop matriculat al curs, no es retornaran en cap cas els diners de la matrícula. Només es retornaran els diners si el curs queda anul·lat.
- El Casal de Barri Espai Antoni Miró Peris es reserva el dret d'admissió cap aquelles persones que no respectin la feina dels talleristes i el procés d'aprenentatge de la resta de persones usuàries.
 - Els preus totals de cada curs que s'especifiquen són amb IVA inclòs.
 - Hi ha cursos amb un cost extra de material que no s'inclou al preu total del taller. En cada cas s'especifica l'import i s'haurà de pagar el primer dia del curs.





COS I MENT

ESTIRAMENTS I SHIATSU

A càrrec de Magdala Cots

En aquest taller aprendrem a fer-nos shiatsu a nosaltres mateixos, que és una manera fàcil, còmoda i segura, de mantenir el cos flexible i lliure de tensions. Alhora facilita desbloquejar l'energia dels òrgans interns i així millorar desordres quotidians. Aprèn quins punts del cos pressionar i de quina manera fer-ho, per poder gaudir d'un estat de benestar i equilibri.

Dimarts de les 19.30 a les 21 h del 8 d'octubre al 10 de desembre

Sessions: 10

Preu: 70,24 € (15 h)



IOGA

A càrrec d'Inma Jodar.

Exercita aquesta tècnica mil·lenària beneficiosa per al teu cos i ment.

Dijous de les 19.30 a les 21 h del 10 d'octubre al 12 de desembre

Sessions: 10

Preu: 70,24 € (15 h)



MINDFULNESS

A càrrec d'Inma Jodar.

L'atenció plena (o mindfulness) és una forma de meditació que consisteix a prestar atenció al moment present, de forma deliberada i sense jutjar. A través de diversos exercicis treballarem la consciència corporal, per així apropar-nos al present i a totes les sensacions que ens dona. Una tècnica de relaxació per enfortir-nos mentalment i sortir de la rapidesa de la vida actual.

Dimecres de les 18 a les 19 h del 9 d'octubre a l'11 de desembre

Sessions: 10

Preu: 46,83 € (10 h)



INFANTILS /FAMILIARS



PETITS MÚSICS

A càrrec de Tata Inti Coop.

La música és ritme, emoció, paraula, melodia i harmonia. Jugar amb els sons tot generant ambients d'acollida als infants i les seves emocions. La música ofereix múltiples beneficis sensorials, els fa sentir estimats/des i convida al desenvolupament, la descoberta i la creativitat. (D'1 a 3 anys)

Dimarts de les 17 a les 18 h del 8 d'octubre al 10 de desembre

Sessions: 10

Preu: 64,37 € (10 h) - El preu inclou infant i adult



espa

Antoni \approx iró Peris

Pl. Carme Montoriol 10

93 450 70 13

info@casalbarrieamp.org

casalbarrieamp.org



PERCUSSIÓ EN FAMÍLIA (NOU!)

A càrrec de Tata Inti Coop.

La percussió amb el moviment ens permet crear moments màgics. Una proposta lúdica i musical on a través dels ritmes fem moviments amb el nostre cos. (A partir de 4 anys)

Dimarts de les 18 a les 19 h del 8 d'octubre al 10 de desembre

Sessions: 10

Preu: 64,37 € (10 h) - El preu inclou infant i adult

IOGA EN FAMÍLIA

A càrrec d'Inma Jodar.

Espai per a experimentar el ioga en família: pares, mares o familiars acompanyats per un infant (de 5 a 10 anys). Es redescobriran postures plegats, coneixeran *mantres* i meditacions bàsiques; enfortint el vincle i la connexió a partir de l'experiència i la consciència d'una manera lúdica.

Dijous de les 18.15 a les 19.15 h del 10 d'octubre al 12 de desembre

Sessions: 10

Preu: 64,37 € (10 h) - El preu inclou infant i adult

IDIOMES



ANGLÈS DES DE ZERO

A càrrec de Beatriz Benet

Si vols començar aprendre anglès des de l'inici vine a aquest taller!

Dimarts de les 17.30 a les 19 h del 8 d'octubre al 10 de desembre

Sessions: 10

Preu: 70,24 € (15 h)



ANGLÈS DE MICA EN MICA

A càrrec de Beatriz Benet

Si tens uns mínims coneixements bàsics, aquest és el teu taller (nivell bàsic).

Dimarts de les 19 a les 20.30 h del 8 d'octubre al 10 de desembre

Sessions: 10

Preu: 70,24 € (15 h)



espa

Antoni \approx iró Peris

Pl. Carme Montoriol 10

93 450 70 13

info@casalbarrieamp.org

casalbarrieamp.org

ART I CREACIÓ



PINTEM LA TARDOR (NOU!)

A càrrec d'Alison Buchanan.

La tardor és una estació intimista, de recollida i maduresa, per això volem aprofitar aquest moment per treballar la creativitat a través de la pintura. S'ensenyaran tècniques per pintar els paisatges que ens envolten però, sobretot, intentarem apropar-nos al moment de l'any al qual ens trobem. Pintar els colors i les emocions que ens pot transmetre la tardor, algunes vegades al carrer i altres a l'aula. Un taller per connectar-se amb el pinzell a la mà.

Dijous de les 17.30 a les 19 h del 10 d'octubre al 12 de desembre

Sessions: 10

Preu: 70,24 € (15 h)



FANZINS I AUTOEDICIÓ (NOU!)

A càrrec d'Irma Marco

El fanzín és un mitjà d'expressió lliure que existeix històricament. Des de fa uns anys torna a estar molt present, vinculat a moviments *do it yourself* i posicions crítiques com ara els feminismes. En aquest taller obert, divertit i experimental aprendrem, amb una de les editores dels "Archivos de Beauvior", una mica d'història, però sobretot explorarem la pràctica per autoeditar el nostre propi fanzín a partir de tècniques diverses com el collage, el dibuix, la fotografia, el so i qualsevol altra tècnica que puguem imaginar.

Dijous de les 19.30 a les 21 h del 10 d'octubre al 12 de desembre

Sessions: 10

Preu: 70,24 € (15 h)

EINES PER ESCRIURE (NOU!)

A càrrec de Patricia Font

Compartirem textos i en crearem de nous per descobrir recursos i tècniques que fan servir els escriptors per captar la nostra ment, la nostra atenció i, el més important: la nostra ànima. A través de la pràctica, analitzarem els nostres escrits perquè aconseguixin explicar allò que tenim dins i que volem treure a la llum. Aprendrem estratègies i planificació per donar vida als nostres personatges, descripcions... en definitiva, per convertir en ficció idees, sentiments o, fins i tot, allò que sabem que ha passat a la vida real.

Dimecres de les 11.30 a les 13 h del 9 d'octubre a l'11 de desembre

Sessions: 10

Preu: 70,24 € (15 h)



espa

Antoni i Iró Peris



**Pl. Carme Montoriol 10
93 450 70 13**

**info@casalbarrieamp.org
casalbarrieamp.org**