

Casal de Barri  
Can Carol

# Memòria d'activitats 2024

Vallcarca  
Districte de Gràcia

Entitat gestora:  
Federació d'Entitats Amigues  
de Can Carol i Consolat (FEACCC)

 **FEACCC**  
FEDERACIÓ D'ENTITATS AMIGUES  
DE CAN CAROL I CONSOLAT

 **CAN  
CAROL**  
CASAL DE BARRI DE VALLCARCA

Districte  
de Gràcia

Ajuntament de  
Barcelona



## Índex

<b>1.</b>	<b>Introducció</b>	<b>04</b>
<b>2.</b>	<b>Programació</b>	<b>05</b>
	<b>2.1</b> Activitats Genèriques	05
	<b>2.2</b> Activitats Formatives	07
	<b>2.3</b> Activitats de cultura popular	09
	<b>2.4</b> Activitats específiques	10
	<b>2.4.1</b> Col·laboració amb BAC Station	10
	<b>2.4.2</b> Presentació DMJ + iGràcia	12
	<b>2.5</b> Activitats destacades de l'any	13
<b>3.</b>	<b>Usuàries</b>	<b>14</b>
	<b>3.1</b> Gènere	15
	<b>3.2</b> Majors de 60	16
	<b>3.3</b> Franja 35-60	16
	<b>3.4</b> Famílies	16
<b>4.</b>	<b>Cartera de serveis</b>	<b>17</b>
	<b>4.1</b> Espai Relacional	17
	<b>4.2</b> Cessió d'espais	18
	<b>4.2.1</b> Gratuïts	18
	<b>4.2.2</b> Lloguer	18
<b>5.</b>	<b>Intervenció comunitària</b>	<b>19</b>
	<b>5.1</b> Comissions transversals	20
	<b>5.2</b> Comissions temàtiques	22
	<b>5.3</b> Treball en xarxa	24
<b>6.</b>	<b>Ambientalització de l'equipament</b>	<b>25</b>
	<b>6.2</b> Xarxa de Refugis Climàtics	26
<b>7.</b>	<b>Igualtat de gènere i prevenció de la violència masclista</b>	<b>27</b>

<b>8.</b>	<b>Accessibilitat universal</b>	<b>28</b>
<b>9.</b>	<b>Relació amb les usuàries</b>	<b>29</b>
	9.1 Valoració	29
	<b>9.1.1</b> Indicador qualitatiu	29
	<b>9.1.2</b> Indicador quantitatiu	29
<b>10.</b>	<b>Accions de comunicació i promoció</b>	<b>31</b>
	<b>10.1</b> Equip i pressupost	31
	<b>10.2</b> Anàlisis presència en línia del projecte	31
<b>11.</b>	<b>Gestió econòmica</b>	<b>35</b>
	<b>11.1</b> Compte d'exploració	35
<b>12.</b>	<b>Valoració global de l'any</b>	<b>36</b>
	<b>12.1</b> Punts forts	36
	<b>12.2</b> Punts febles	36
	<b>12.3</b> Propostes d'avenç i millora	37
<b>13.</b>	<b>Conclusions</b>	<b>37</b>
<b>14.</b>	<b>Annexes</b>	<b>38</b>
	<b>14.1</b> Sistema d'informació	38
	<b>14.2</b> Inventari actualitzat	40
	<b>14.3</b> Enquestes de satisfacció	43
	<b>14.4</b> Còpies dels fulletons, cartells i altres materials comunicatius	53

## 1. Introducció

L'any 2023 va ser un any d'anàlisi i expansió del model de Casal Comunitari de Can Carol, amb el seguiment de la Xarxa de Pilots Comunitaris i Acció Comunitària. Vam portar la metodologia comunitària a tots els racons del casal (incloent els Grups Autogestionats), vam expandir la base de participants amb les Portes Obertes, detectar les necessitats de l'organigrama de gestió comunitària del casal i establir un pla per a caminar cap a un nou model de gestió comunitària encara més transversal.

Així doncs, 2024 ha sigut un any amb molt de treball intern per a la consolidació del nou model de casal comunitari de Can Carol. Un any on hem ampliat els espais de participació per a empoderar les participants en la presa de decisions. La incorporació de la Comissió Programació i obertura de participació a la Comissió Gestora han portat uns mesos d'adaptació, però ràpidament han esdevingut espais de presa de decisions útils i consolidats. Espais que aporten encara més riquesa al projecte del Casal de Barri Can Carol i a la seva oferta i servei cap al veïnat de Vallcarca i rodalies.

Un any on hem fet grans passes per a continuar millorant com a Casal de Barri: assolint formar part de la Xarxa de Refugis Climàtics de la ciutat de Barcelona, creant un Protocol per a la prevenció i abordatge de violències masclistes i continuant teixint vincles interculturals amb les veïnes del barri.

Un any on hem continuat oferint una programació d'activitats diversa, accessible, de qualitat i per a tots els públics, generant art i cultura, memòria històrica, activitats de benestar, espais de trobada i comunitat al barri de Vallcarca.

**Benvingudes al vostre Casal Comunitari**

## 2. Programació

### 2.1 Activitats genèriques

Enguany, com a Casal Comunitari participo de la Xarxa de pilots monitoritzada pels Serveis d'Acció Comunitària (SSAC) de ciutat, es van prioritzar (encara més) totes les activitats que naixien fruit d'aplicar una metodologia comunitària.

#### Definició d'activitat desenvolupada seguint una Metodologia Comunitària

##### 1. Objectius comunitaris:

1.1 - Construeix comunitat?

1.2 - Crea vincles, relacions, genera grups?

1.3 - Millora aspectes de les condicions de vida individual i genera impactes positius en l'entorn?

1.4 - La gent que participa incorpora noves capacitats relacionals, autoorganitzatives?

##### 2. Actors comunitaris:

2.1 - La participació és diversa i plural?

2.2 - La participació és col·lectiva?

2.3 - La participació és oberta a la incorporació de nous actors?

2.4 - El projecte del Casal és proactiu a l'hora "d'anar a buscar"?

##### 3. Metodologia comunitària:

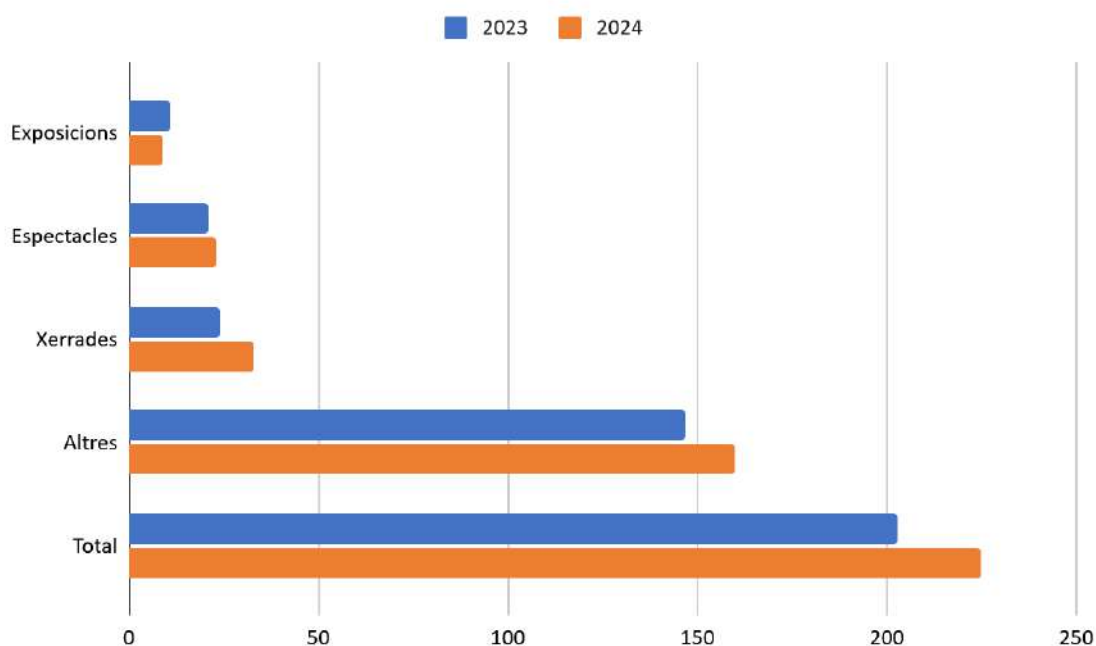
3.1 - Els participants avaluen l'activitat i la seva participació?

3.2 - La gent que participa del projecte s'ho troba tot fet o es limita a consumir?



Aquest 2024, exceptuant el tancament de l'equipament al mes d'agost, el Casal de barri de Can Carol ha realitzat 225 activitats que es classifiquen de la següent manera:

- Exposicions: 9
- Concerts/espectacles: 23
- Xerrades i cinefòrums: 33
- Altres: 160



**NOTA:**

- Aquest any hem dut a terme 22 activitats més que el 2023, gràcies al reforç de personal contractat que ha fet possible gestionar la demanda de totes les activitats.
- Només ha disminuït el nombre d'exposicions, ja que hem considerat que les que hi havia eren de gran importància i significació per al barri i se'ls ha donat més espai temporal.

Setmana tipus d'activitats autogestionades pel veïnat				
Activitat	Dia	Hora	Nº persones	Valors
Cercle de dones	Dilluns	19h	5	Feminisme i cures
Grup de Rummi	Dimarts	10.30h	5	Prevenció soledat
Grup de teixidores	Dimecres	17.30	5	Prevenció soledat
Activitats de cuina	Dimecres	18h	9	Salut
Grup de teatre	Dimecres	19h	7	Comunitat
Taitxí	Dijous	12h	17	Salut
Extra				
Club de lectura	Darrer dimarts de mes	18h	14	Prevenció soledat
Mercat d'intercanvi	1 dissabte al trimestre	11h	Entre 6 i 20	Comunitat
Nits d'astronomia	1 divendres al mes	20h	Entre 6 i 20	Comunitat

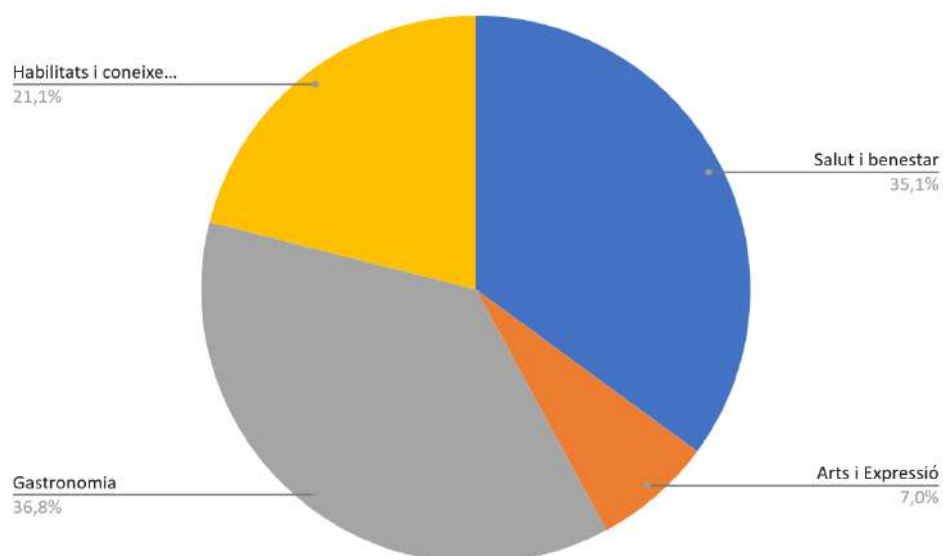
En aquest sentit, més del 90% d'aquesta activitat cultural i comunitària s'ha fet seguint la metodologia comunitària esmentada anteriorment.

## 2.2 Activitats formatives

Creiem que la definició de "tallers", usada generalment, no fa justícia al nostre equipament, ja que moltes de les nostres "activitats formatives" no responen a la metodologia d'un taller, ja que serien més aviat grups d'activitat autogestionats per veïnes o càpsules formatives; per això, i en acord amb els SSAC, aquest apartat es titula: Activitats Formatives.

Aquest tercer any de gestió, des del Casal s'han programat 57 activitats formatives repartides de la següent manera:

- o Salut i benestar: 20
- o Arts i Expressió: 4
- o Gastronomia: 21
- o Habilitats i coneixement: 12
- o Altres: 0



- D'aquestes 57 activitats formatives, 17 han estat programades en col·laboració amb altres col·lectius, entitats o equipaments:
  - Enginyers Sense Fronteres
  - Espai d'Inclusió Casc Antic
  - APC / Casal de joves
  - PIAD
  - BAC Station
  - Grup de Suport No Mixt de Vallcarca
  - Taula Radars
  - La Figuera





## 2.3 Activitats de cultura popular

Aquesta programació recull també les activitats dutes a terme en suport de la cultura popular

- Època de calçots
  - Taller de cuina: aprenem a preparar calçots a casa de maneres innovadores.
- Carnestoltes
  - Enterrament de la sardina: tarda d'activitats familiars per celebrar la fi de l'època de carnestoltes.
- St. Jordi

Aquest 2024 s'ha consolidat el cicle "Primavera Literària" per celebrar la festivitat de St. Jordi. Les activitats englobades dins aquest cicle han estat la presentació del llibre *Turbolover de Neobarna*, el concert de *Negatiu i DJ Sandroide*, el Rebot Poètic, el club de lectura de *La Casa de les Papallones* amb l'escriptora Teresa Solana, un taller de dibuix i punts de llibre infantil, l'exposició "POEM(ART)" de l'escola Montseny i la presentació del llibre [\*Quadre damunt quadre de Sebastià Roure\*](#).

- St. Joan

Per celebrar Sant Joan la comissió cuines va proposar fer una activitat formativa d'elaboració de ratafia, ja que és el moment en què es poden recollectar les nous verdes, que son la base d'aquest licor tradicional.

- Festa Major de Vallcarca

- Concerts
- Dinar popular
- Activitats infantil
- Festa de Nadal
- Hem donat la benvinguda a les festes de Nadal amb un espectacle de màgia amb Dr. Fly Show
- Espectacle de màgia
- Ballada de salsa



## 2.4 Activitats específiques

A la memòria del 2022, malgrat uns indicadors de participació molt elevats i transversals, es van identificar molt clarament dos col·lectius als quals les nostres activitats no arribaven o no interessaven:

- o Públic jove
- o Persones racialitzades.

Per mirar de corregir aquest dèficit es van plantejar una sèrie d'accions durant el 2023 (projecte Vincles i jornada d'autogestió juvenil). Aquest 2024 hem desenvolupat dos projectes més per tal d'afavorir la participació d'aquests col·lectius al nostre casal.

### 2.4.1 Col·laboració amb BAC Station

Tenint en compte l'experiència positiva i enriquidora del projecte Vincles 2023 i la impossibilitat tirar endavant el projecte per falta d'ajut econòmic,enguany decidim continuar treballant la relació sortida d'aquest projecte amb la Fundació Barcelona Actua i la casa d'acollida BAC Station Vallcarca.

Tanmateix, hem incorporat un estudiant en pràctiques a l'equip durant el trimestre de tardor que, a part de treballar el vincle entre la BAC Station i el Can Carol, ha fet una anàlisi amb perspectiva antiracista de la participació i programació del casal. Ajudant a detectar els aspectes a millorar per a treballar la interculturalitat transversalment al casal. Un objectiu que desenvoluparem al 2025.

- **Objectiu General**
  - Enfortir els vincles entre els joves de la casa d'acollida BAC Station amb el Casal i les seves possibilitats com a equipament públic, la seva comunitat i el veïnat.
- **Objectius Específics**
  - o Identificar necessitats dels joves acollits
  - o Establir mecanismes de coordinació entre el casal i BAC Station
  - o Programar i donar suport a activitats transversals dins l'equipament
- **Eixos d'intervenció**
  - o Lleure
  - o Educació
  - o Comunitat
- **Accions**
  - o Cessió de sales d'estudi en horari fix setmanal
  - o Acollir activitats proposades pels joves
  - o Programació d'activitats conjuntes

- o Establir una persona de contacte referent per a aproximar i coordinar: estudiant en pràctiques tardor 2024
- **Persones beneficiàries directes**
  - o Joves del recurs d'acollida BAC Station Vallcarca
  - o Veïnes participants de les activitats organitzades
- **Resultats**
  - o 40 hores de cessió d'aula per a estudi
  - o 10 hores de cessió de la cuina per a preparació d'àpats comunitaris
  - o 1 xerrada *Què és el Ramadà?* (35 persones)
  - o 1 taller de *Dolços Marroquins* (4 joves i 8 participants)
  - o 1 taller infantil de *Dibuix i punts de llibre per Sant Jordi* (3 joves i 22 participants)
  - o 1 Exposició *Vallcarca a través dels ulls de la casa d'acollida BAC Station* (a la inauguració hi van assistir 60 persones).
  - o Participació de l'estudiant en pràctiques en les assemblees i dinars un cop per setmana a la casa d'acollida
- **Valoració**
  - o La relació entre el casal i la BAC Station ha conduït a un apropament dels joves a la comunitat de Vallcarca i viceversa, aportant connexions positives per al sentiment de pertinença i per a la interculturalitat del casal
  - o Totes les activitats programades han sigut molt riques a nivell comunitari i un èxit d'assistència
  - o Volem continuar treballant per millorar la coordinació amb les educadores i els joves de la BAC Station



## 2.4.2 Presentació Districte Musical Jove + iGràcia

Amb l'objectiu de donar a conèixer el Casal al públic juvenil de Vallcarca i del Districte en general, es va acollir la [presentació del cartell i del Festival DMJ](#), un projecte que pretén promoure i donar suport a la creació musical entre el jovent de Gràcia.

DMJ és un punt d'unió que genera sinergies entre bandes joves, un espai de concerts, formacions, premis materials i formatius de suport a la creació musical i una resposta a la necessitat comunitària d'articular espais i propostes culturals emergents del Districte. Des de fa dues edicions DMJ també és un disc i un catàleg amb la música de cotes les bandes vinculades per tal de difondre-les de manera conjunta.

Per fer-ho possible es va treballar en xarxa amb

- o Servei d'Educadors de Carrer
- o Casal de Joves del Coll
- o Bucs de la Sedeta
- o Espai Jove La Fontana
- o iGràcia

La jornada es va articular amb la presentació d'iGràcia, la nova graella de pòdcasts de proximitat del Districte de Gràcia amb temàtiques variades per centralitzar pòdcasts ja existents a Gràcia. Seguidament es va presentar el DMJ i es van fer dues actuacions musicals: *Noa Guillán & Maria Costa (pop acústic)* i *Librida (hip hop urbà experimental)*

L'activitat es va valorar molt positivament. L'assistència va ser més elevada que al projecte de joves de l'any passat. Probablement perquè la música és una inquietud que mou molt al jovent i és una bona manera d'apropar-lo al casal.



## 2.5 Activitats destacades de l'any

El Casal també col·labora amb altres entitats a l'hora d'organitzar activitats que poden ser d'interès del veïnat i que suposen un enfortiment del seu projecte comunitari. A tall d'exemple destaquem:

- **VKK VIU:** Primera edició de la jornada comunitària, un espai de trobada per compartir i intercanviar entre el veïnat. Amb la participació de la Biblioteca Comunitària Anarres, la cooperativa de consum Valldures, les comissions del casal i l'Espai Relacional.  
 Veure més en línia a:  
<https://cancarol.cat/events/jornada-vkk-viu/>  
[https://www.instagram.com/cbcancarol/p/C2-OcXYqEaq/?img\\_index=1](https://www.instagram.com/cbcancarol/p/C2-OcXYqEaq/?img_index=1)
- **Setmana dels Casals de Barri - De casal a casal, participa del sidral:** El casal participa al grup de treball d'identitat que idea una setmana d'activitats entre els diferents Casals de Barri per fomentar la pertinença a la xarxa i fer difusió d'aquesta. Participació activa en la setmana amb l'activitat de Rumicub.  
 Veure més en línia a:  
<https://www.youtube.com/watch?v=mEd-WRQD8-U>  
<https://beteve.cat/societat/casals-fan-xarxa-avancar-model-comunitari/>
- **Jornada Feminismes Interseccionals:** A càrrec del col·lectiu L'Etnogràfica. Una jornada de ponències i tallers entorn la memòria i la reparació que va reunir més de 60 persones.  
 Veure més en línia a:  
<https://letnografica.org/iv-jornada-feminismes-interseccionals-feminismes-populars-p-er-la-memoria-i-la-reparacio/>
- La **Cooperativa de Consum La Figuera** que abans es reunia davant del casal per recollir les seves cistelles de fruites i verdures ecològiques, ara es reuneix dins el casal. Enguany la col·laboració s'ha consolidat amb la programació d'una xerrada amb Conreu Sereny i un tast dels productes ecològics de Mosaic de Secà.  
 Veure més en línia a:  
<https://cancarol.cat/events/xerrada-agroecologia-grups-consum/>  
<https://cancarol.cat/events/tast-de-productes-artesans-i-ecologics/>
- Enguany hem acollit el **Podcast Les Vallkyries**, es reuneix un cop al mes convertint una aula en estudi de gravació amb l'equip de so del casal. En cada capítol tracten un tema d'interès i el relacionen amb iniciatives del barri i la programació del casal.  
 Veure més en línia a:  
[https://www.ivoox.com/podcast-les-vallkyries\\_sq\\_f12385792\\_1.html](https://www.ivoox.com/podcast-les-vallkyries_sq_f12385792_1.html)
- **Nits d'Astronomia a VKK:** Xerrades de divulgació científica i observació astronòmica un divendres al mes a càrrec de Nits de Ciència a VKK durant el primer semestre de l'any.

### 3. Usuàries

Al llarg del 2024, en números globals, **4.623** persones han participat de les activitats del casal.

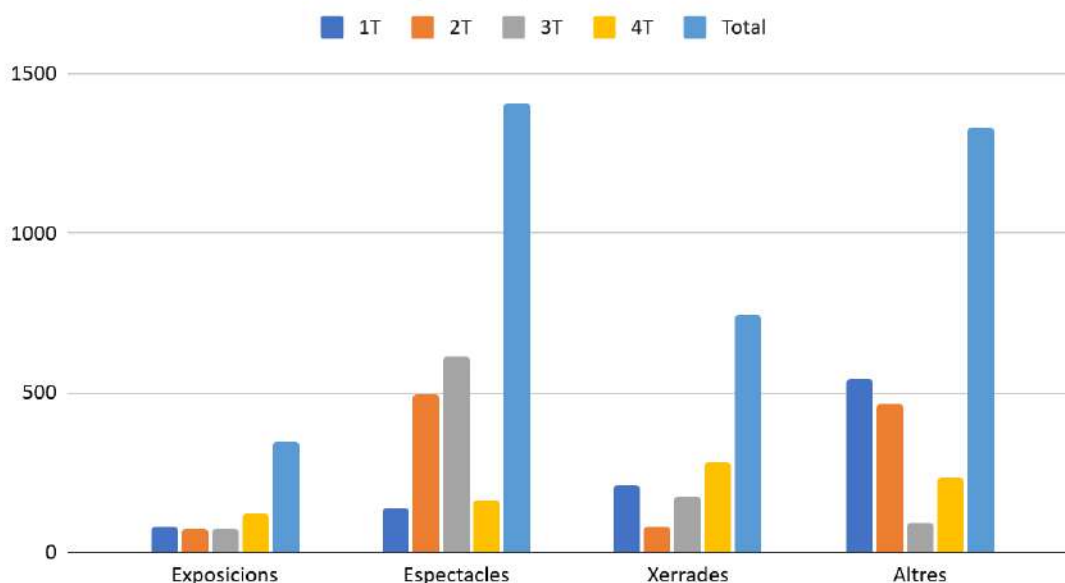
- Si desglossem la participació i afluència al Casal per tipus d'activitats

	Trim. 1	Trim. 2	Trim. 3	Trim. 4	Totals
Exposicions	77	76	74	119	346
Espectacles	137	492	614	163	1406
Xerrades	213	79	172	282	746
Altres*	539	467	89	234	1329
<b>Totals</b>	<b>996</b>	<b>1114</b>	<b>949</b>	<b>798</b>	<b>3827</b>

\*Parlem d'activitats com ara Mostres, Passejades, Jocs de taula, presentacions de llibres, reunions comunitàries i activitats autogestionades

- o Enguany, la participació en aquest tipus d'activitats ha pujat en 369 persones.

#### Assistència a les activitats genèriques 2024

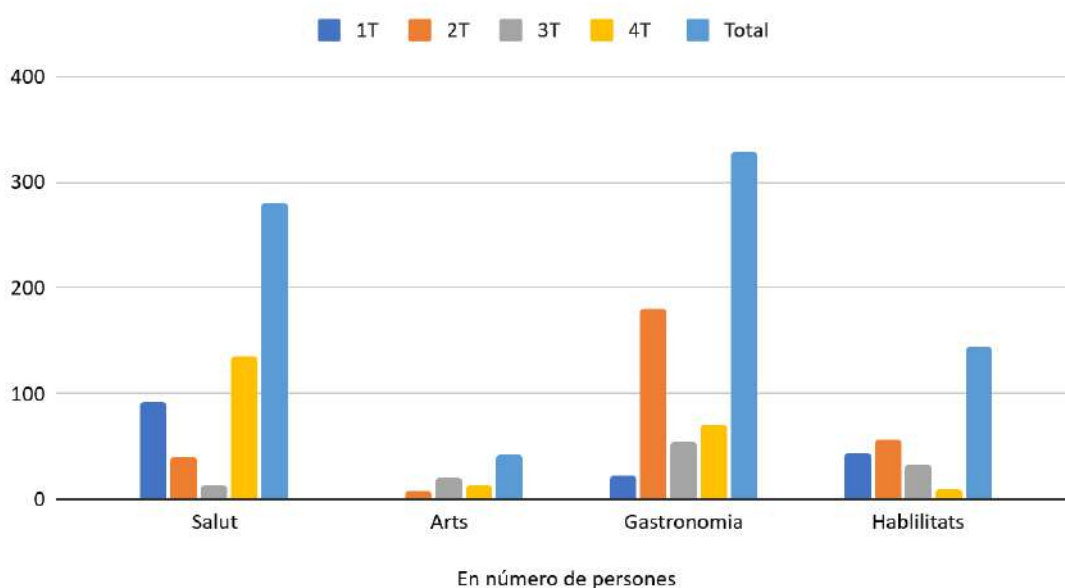


- Si la desglossem per activitats formatives

	Trim 1	Trim. 2	Trim. 3	Trim. 4	Totals
Salut	93	40	13	135	281
Arts	0	8	20	14	42
Gastronomia	23	180	55	71	329
Habilitats	44	57	33	10	144
<b>Totals</b>	<b>160</b>	<b>285</b>	<b>121</b>	<b>230</b>	<b>796</b>

- o En canvi, tenim menys nombre de participants en les Activitats Formatives que el 2023, tot i que la gran majoria d'Activitats Formatives s'ha dut a terme amb les places plenes i persones en llista d'espera (75%). Això es deu al fet que en la nova Comissió Programació s'ha apostat per oferir activitats més variades, específiques i a un preu accessible o gratuït, augmentant així el nombre de Càpsules Formatives i Tallers Mensuals i reduint els Tallers Trimestrals.

### Assistència a Activitats Formatives



### 3.1 Gènere

- Les dones continuen sent el públic majoritari del Casal, tant pel que fa a la participació d'activitats com en l'organització d'aquestes.
- Enguany ha continuat l'augment de participació d'homes, sobretot en les activitats de cuina i gastronomia, tot i que a nivell percentual continua sent un públic minoritari.
- Encara queda molta feina per fer de cara a visibilitzar les persones no binàries i les identitats dissidents. Tot i ser una quantitat de públic testimonial creiem important la seva inclusió en els indicadors de participació

### 3.2 Majors 60

Són la franja amb més representació i participació en activitats.

- Grups autogestionats: Rummicub, Taitxí i Teixidores
- Recitals de poesia

### 3.3 Franja 35-60

Són la següent franja poblacional amb més presència al Casal.

- Cicles temàtics: Salut/benestar, Gastronomia i Càpsules Formatives
- Espectacles: Concerts a la plaça i Vermuts Musicals

### 3.4 Famílies

Representen un dels grans actius del Casal, ja que les AFAs de les dues escoles públiques del barri formen part de la gestió de l'equipament.

- Divendres d'activitats: Cicles de cinema, celebració d'aniversaris...
- Sales d'estudi en família i/o activitats puntuals

- NOTA:**
- La gestió del gran nombre d'infants i famílies que cada divendres a la tarda omplen de vida la Plaça Farigola està suposant un repte per l'equip tècnic de l'equipament.
  - S'està treballant en un model que faciliti l'autogestió de l'oci infantil i familiar per parts dels referents adults i que minimitzi l'impacte negatiu que es pugui produir envers altres usuàries.





## 4. Cartera de serveis

### 4.1 Espai relacional

- Està obert durant el mateix horari que el Casal i és gestionat per una veïna del barri i membre de l'AFA Montseny.
- Disposa d'un servei de barra freda i llicència de terrassa.
- S'ha consolidat com espai de referència per les famílies del barri, tan pel caliu que aporta, les facilitats per què s'hi organitzin festes d'aniversari de la canalla o la seva oferta de vermut musicals.
- És un espai de participació transversal que suposa, per moltes veïnes, el punt d'entrada a les activitats del Casal.



## 4.2 Cessió d'espais

### 4.2.1 Gratuïts

L'equipament dona la possibilitat a aquelles veïnes i/o col·lectius que ho desitgin poder bescanviar hores de cessió de sala per hores de voluntariat.

Disposem de tres opcions:

- o Banc del temps (exemple pràctic)

A canvi d'una cessió gratuïta d'espais per realitzar les seves assemblees mensuals, el col·lectiu Desenruna encarregat de netejar i omplir de vida els solars abandonats i degradats del barri, ha dinamitzat les taules de cultiu del Casal i treballa conjuntament amb la nostra Comissió Cuines per fer créixer tot un seguit de plantes aromàtiques i comestibles que es puguin fer servir a les nostres activitats culinàries; potenciant així un dels valors transversals del nostre projecte: la sostenibilitat.

- o Suport a la creació artística

A canvi d'una tarifa de lloguer molt reduïda o directament una cessió d'espai gratuïta, diferents artistes del barri poden assajar les seves peces i oferir després un retorn en forma d'espectacle. Enguany hem col·laborat amb el músic Albert Casanova que més enllà de dinamitzar diferents tardes de concerts, ha escollit el Casal per gravar el seu darrer videoclip.

- o Estudi tranquil

Al llarg de l'any, tan en horari de matí com de tarda, com a mínim una de les nostres sales ha estat disponible, gratuïta i oberta per acollir aquell veïnat necessitat d'un espai tranquil on poder estudiar o fer els deures.

### 4.2.2 Lloguer

Sempre a preus populars i assequibles, el Casal posa a disposició els seus espais per aquelles persones o entitats que necessitin fer un ús privatiu de l'espai. Més enllà de lloguers puntuals, volem destacar 2 exemples de lloguers que beneficien de manera indirecta al veïnat:

- Salsa: Cada dilluns a la tarda el veïnat pot gaudir de les classes que una professora ofereix a diferents nivells d'aprenentatge.
- Classes de rus: En diferents horaris de matí i tarda, un veí del barri ofereix classes d'idiomes on aprendre aquesta llengua.

## 5. Intervenció Comunitària

Pràcticament el 100% del dia a dia del casal, tant pel que fa a la gestió com a l'execució, es fa sota els paràmetres de la Intervenció Comunitària.

Enguany s'ha creat una Comissió Programació transversal per unificar les propostes de les diferents comissions temàtiques, fomentar l'empoderament de les participants a la presa de decisions estratègiques i a participar de la Comissió Gestora. La Comissió Programació ja està consolidada com a nou òrgan de participació.

Així doncs, l'organigrama de gestió comunitària del casal s'estructura en els següents espais de participació i presa de decisions:

### Comissions transversals:

- o Comissió Programació
- o Comissió Gestora

### Altres:

- o Cercle de dones
- o Grups autogestionats
- o Grups de treball per a festivitats o jornades
- o Espai Relacional

### Comissions temàtiques:

- o Sostenibilitat
- o Benestar
- o Arts i Cultura
- o Cuines
- o Gènere
- o Famílies

Parlem d'un total de **38 persones** diferents que participen cada mes en la programació, gestió i/o dinamització de les activitats del Casal.



- **Comissió Programació**

Què és	Funcionament	Qui participa	Rols/Tasques
Espai de decisió i assignació del pressupost destinat a la programació cultural	Totes les decisions es prenen per consens	Veïnat (representants de les comissions temàtiques)	Treballar amb una mirada global (més anual que no mensual)
	Horitzontalitat jeràrquica		Elaborar proposta de pressupost de Programació
	Gestiona el pressupost qui li hagi estat assignat* en el projecte presentat a l'assemblea general		Proposar activitats culturals
			Coordinar totes les propostes de programació ( G.A / Activitats de Districte/ Altres )
			Prendre acta
			Equip tècnic
			Gestionar les factures i els aspectes administratius
	<p><b>*Important:</b> Tothom pot participar d'aquesta assemblea, per tan és un pressupost 100% participatiu</p>		

- **Comissió Gestora**

Què és	Funcionament	Qui participa	Rols/Tasques
Màxim òrgan de decisió del Casal	Es reuneix el primer dilluns de cada mes a les 19h	Junta Entitat Gestora	Representar legalment davant l'administració
			Plantejar aspectes burocràtics o legals del projecte
	Totes les decisions es prenen per consens		Donar suport i cures a les persones que estan al dia a dia
	Horitzontalitat jeràrquica	Equip Tècnic	Organitzar l'ordre del dia i prendre acta
			Redactar l'Informe tècnic mensual
			Fer d'interlocutor de qui no pugui assistir
	<b>Important:</b> La CG no és l'espai on posar en qüestió ni els valors ni els eixos transversals del projecte de Casal Comunitari de Can Carol	Espai Relacional	Plantejar dubtes o suggeriments tècnics que afectin l'ER
			Representants comissions

## 5.2 Comissions temàtiques

Són els següents i aquests són els objectius pels que treballen:

- **Sostenibilitat**

- Ajudar a difondre una cultura de la sostenibilitat a infants i adults a través d'activitats concretes d'escala petita per després aplicar-les al dia a dia.
- Incloure la sostenibilitat com un eix transversal en el projecte de Can Carol, tant en la gestió diària com en la programació d'activitats de les comissions.
- Programar tallers, càpsules formatives i activitats en torn a la sostenibilitat social, econòmica i ambiental.
- Fomentar el coneixement i l'ús d'eines per millorar la sobirania tecnològica.

- **Benestar**

- Continuar organitzant i oferint activitats adreçades a millorar la salut física i emocional de la gent del barri de Vallcarca al Casal de Barri Can Carol.
- Fomentar la participació de la gent jove del barri, explorant nous formats que puguin resultar més atractius.
- Aconseguir la col·laboració de les entitats de salut del barri (salut comunitària, agents educadors a peu de carrer, CAP...).
- Millorar el procés de comunicació i difusió de les activitats organitzades per la Comissió de Salut.

- **Arts i Cultura**

- Mantenir una continuïtat en la programació cultural i artística centrada majoritàriament en temes d'interès del barri.
- Arribar a altres perfils d'edat repensant nous formats i temàtiques.
- Millorar la difusió de les activitats organitzades per la comissió Arts i Cultura.
- Programar activitats a la terrassa.

- **Cuines**

- Promocionar l'espai Cuina de Can Carol com a lloc de trobada al barri on compartir receptes i cultura culinària
- Ser una cuina oberta a tothom que faciliti l'ús de les instal·lacions a persones amb dificultats o exclusió social

- Recollir els sabers culinaris comunitaris de les sessions de Cuinem a Can Carol. Enguany s'ha publicat el primer **Receptari de Cuinem a Can Carol**, un recull de totes les receptes que han passat per la cuina del casal al llarg del trimestre.
- **Gènere**
  - Vetllar pel **Protocol de prevenció i abordatge de violències masclistes de Can Carol** (aplicació, formació, difusió).
  - Potenciar els espais de trobada de reflexió, coneixement i expressió lliures de les problemàtiques que genera la societat envers la dona.
  - Mantenir un grup estable per crear llaços de confiança, ajuda mútua i cures.
  - Reforçar l'esperit de comunitat en contraposició a l'individualisme de la societat.
  - Realitzar una activitat trimestral oberta a totes les dones del barri de Vallcarca, com ara tallers, conferències, cine-fòrums etc.
  - Enfortir la xarxa de suport entre les comissions del Casal.
- **Famílies**
  - Consolidació de la comissió famílies i integració de noves famílies a la comissió.
  - Trobar punts de col·laboració amb altres comissions de Can Carol.
  - Obertura i difusió de la nostra feina i propostes a més escoles, AFAs i centres culturals del barri.
  - Augmentar el radi d'acció i participació de la gent del barri a les activitats ofertes per la comissió.
  - Aprofundir aquests 5 eixos de treball i consolidar les activitats que poden tenir continuïtat al llarg del temps.

Aquests grups es reuneixen a demanda del mateix grup (mensualment o trimestralment) i porten les seves propostes a les dues comissions transversals: Comissió Programació per a propostes culturals o Comissió Gestora per a propostes d'equipament i pressupost.

### 5.3 Treball en xarxa

L'enxarxament comunitari és un dels grans objectius de Can Carol. De manera directa participant d'agrupaments de segon nivell com de manera indirecta potenciant l'associacionisme dels col·lectius del nostre entorn. En destaquem:

- **BAC Station**
- Organització d'activitats conjuntes
  - **Districte de Gràcia**
- Acompanyament
  - **Xarxa Casals Comunitaris**
- Suport logístic
- Pilot de 7 Casals
  - Intercanvi d'experiències (praxis/protocols etc.)
- Reunions bimensuals
  - **Taula Comunitària del Coll, CAP Vallcarca, Servei APC**
- Xerrada Document Voluntats Anticipades
  - Activitats per joves
  - Activitats amb RADARS i RBEC
- **Taula Equipaments Culturals de Proximitat**
- Participació en cicles d'activitats de Districte
- Col·laboració amb el Centre Cívic del Coll i el Casal de Barri Espai Putxet amb l'exposició *Diacronies: Abans i ara del Pont de Vallcarca*
  - **Xarxa de Casals de Barri**
- Més de 20 Casals de la ciutat
  - Grups de treball temàtics
- Reunions bimensuals
  - Setmana dels Casals de Barri
- **Xarxa Equipaments Comunitaris + Plataforma de Gestió Ciutadana**
- Més de 30 entitats
  - Organització d'esdeveniments (CulturaCom)
- Incidència política





## 6. Ambientalització de l'equipament

Apostem per un projecte sostenible i per tant responsable social i ambientalment. Com no podia ser d'una altra manera, treballarem per garantir espais verds al barri col·laborant amb les diverses plataformes que ja hi estan treballant i potenciarem totes aquelles activitats que promoguin la biodiversitat, l'eco-mobilitat i la qualitat ambiental.

Enguany, la nostra Comissió Sostenibilitat ha dut a terme les següents accions

- Proposició de millores tècniques que potenciïn la sostenibilitat de l'espai
  - Recuperació de plantes del barri amenaçades per obres i plantada als escocells.
  - Adquisició de carpes per crear ombres a l'estiu.
  - Adquisició de vaixel·la reutilitzable per utilitzar durant les jornades festives del casal i posar-la a disposició de la resta del veïnat.
- Rec manual de supervivència de les plantes i arbres de l'entorn.
- Programació de càpsules formatives relacionades amb el reciclatge, la sostenibilitat energètica i la cuina de recapte.
- Augmentar les coordinacions amb l'Aula Ambiental Turull.
- Facilitar l'accés dels col·lectius del barri a les taules de cultiu del terrat.
- Crear un circuit tancat de producció-consum entre les taules de cultiu i la Comissió Cuines.
- Col·laborar amb diferents cooperatives de consum agroecològic per la distribució de cistelles entre el veïnat.
- Inclusió de criteris de sostenibilitat a l'hora de celebrar la Festa Major:
  - Política de 0 Residus
  - Proveïdors de KMO

## 6.2 Xarxa de Refugis Climàtics

Aquest 2024 s'ha assolit el repte d'incloure el Casal de Barri Can Carol en la **Xarxa de Refugis Climàtics** de la ciutat.

La xarxa pretén atenuar els efectes negatius dels pics de temperatura causats pel canvi climàtic als habitants de la ciutat en el context actual d'Emergència Climàtica. Can Carol posa a disposició de les veïnes un espai on poder refugiar-se de la calor a l'estiu i del fred a l'hivern. Permetent disposar d'una temperatura agradable a l'interior del casal durant tot l'any, així com aportant hidratació amb aigua fresca a l'estiu o infusions a l'hivern.



## 7. Igualtat de gènere i prevenció de la violència masclista

Fem especial èmfasi en el feminisme, ja que és fonamental com a eix transversal de Can Carol, tant en la gestió i organització de l'equipament com en les activitats que hi tenen lloc. Creiem en la perspectiva de gènere com a eina de transformació de les formes de relacionar-nos, de gestió i de participació, que no només se centrin en el treball i el consum sinó en posar les cures al centre del projecte.

Enguany, la Comissió de Gènere ha dut a terme les següents accions:

- Vetllar perquè les accions engegades els anys anteriors continuïn vigents a nivell:
  - Laboral: mantenir una estructura horitzontal i igualitària.
  - Drets: garantir el compliment dels acords en matèria d'igualtat salarial.
  - Valors: potenciar el compromís del Casal amb els feminismes transversals.
  - Visibilitat: fent Vaga el 8M i fent una activitat no mixta pel Dia Internacional contra la violència masclista.
  
- Programar activitats de sensibilització:
  - Creació de mural pel 8M
  - Reunions del Cercle de Dones
  - Formacions: Autodefensa feminista i PIAD
  - Jornades feminismes interseccionals
  
- Presentar i començar a aplicar el *Protocol per a la prevenció i abordatge de violències masclistes a Can Carol*:
  - Presentació al veïnat de la Comissió Gènere i el Protocol, per fomentar la participació i fer del casal un espai segur. La participació va ser molt alta i destaquem la participació activa d'un grup d'infants de 1r de ESO.
  - Activació del registre d'agressions del casal.
  - Punt Lila propi (Festa Major).

## 8. Accessibilitat Universal

Els drets de les persones amb diversitat funcional així com els criteris d'accessibilitat universal estan garantits al Casal de Barri de Can Carol a través de:

- Les pròpies instal·lacions:
  - Ascensor homologat
  - Mida de les portes de les sales homologada
  - Rampa d'accés
  - Taules adaptables
  - Alçada del mobiliari homologat
- La plaça Farigola és accessible, amb:
  - Rampa d'accés
  - Terra de granit
  - Enllumenat nocturn
- Programació d'activitats adaptada
  - Atenció per part del personal tècnic
  - Adaptació a les necessitats



## 9. Relació amb les usuàries

Com a casal comunitari mantenim una relació fluida i de proximitat amb les nostres usuàries basada en la confiança, el diàleg i les cures.

Restem sempre atentes als comentaris o suggeriments que ens puguin transmetre; procurant interioritzar aquells que siguin d'ampli consens i anotant aquells que necessitin una mirada més àmplia.

### 9.1 Valoració

A l'hora de valorar el grau de satisfacció del veïnat amb el seu equipament disposem de diverses eines de mesura:

#### 9.1.1 Indicador qualitatiu

- Escolta i atenció al públic
- Espais de trobada com ara els grups autogestionats i comissions
- Espais informals de reunió com ara l'Espai Relacional o la Plaça
- Retorn dels tècnics de barri i d'Acció Comunitària

**NOTA:** En general, el retorn que rebem sempre és positiu i engrescador

#### 9.1.2 Indicador quantitatiu

- Nivell d'assistència a les activitats
- Grau de participació en les comissions
- Enquestes de satisfacció semestrals de les activitats (*Annex 14.3*)

### Exemple de formulari tipus

Tipus d'activitat: Debat, xerrada, concert etc.
S'han cobert les seves expectatives? 1 indica no gens, 5 indica completament
El procés d'inscripció i l'atenció rebuda han estat adequats? 1 indica no gens, 5 indica completament
Com ha conegut l'activitat? XXSS del Casal, Internet, boca-orella
Suggeriments...

- Aquest 2024, en total, s'han omplert 85 enquestes de satisfacció.
- S'han valorat les activitats amb inscripció, les Activitats Formatives. Dins d'aquestes, s'han valorat 9 tipus d'activitats: Cuina, Ioga, Qi Gong, Teatre, Càpsules Formatives de Salut, Càpsules Formatives d'Arts i Cultura, Grups Autogestionats, Rutes, Autodefensa feminista.

- En general, tots els comentaris són positius. Destaquem però els següents suggeriments:
  - o 2 persones mencionen la dificultat d'arribar a les activitats per horari laboral.
  - o 1 persona demana taller d'autodefensa per a adolescents, demanda que reflecteix les opinions recollides de manera qualitativa al casal.
  - o Diverses persones demanen més sessions de loga i Autodefensa Feminista.



## 10. Accions de comunicació i promoció

Al Casal de Barri comptem amb eines i recursos que garanteixen una comunicació i promoció efectives.

Enguany hem pogut implementar recursos per a fer la comunicació més eficient i efectiva, seguint les línies establertes al Pla de Comunicació que s'està formulant: la introducció de Mailchimp per a l'enviament de butlletins, repartició de la informació pels diferents canals i la creació de plantilles per a cartelleria amb la imatge gràfica pròpia de l'equipament. També, hem establert contacte amb mitjans de comunicació i premsa locals per augmentar els canals de difusió.

### 10.1 Equip i pressupost

- 1 persona de l'equip encarregada de:
  - Gestió de comunitats d'internet
  - Disseny gràfic
  - Fotografia d'esdeveniments, gravació i edició de vídeo
  - Disseny, desenvolupament i creació de continguts web
- Borsa d'hores de manteniment TIC contractada
  - Incidències, assessorament i desenvolupament web i d'altres TIC del casal
- Materials i infraestructura:
  - 1 Iphone 8 propietat de la FEACCC
  - 1 càmera Nikon (cessió d'ús temporal)
- Canals de difusió en línia
  - Pàgina Web
  - Butlletí de correu electrònic
  - Instagram
  - Trucades telefòniques per les usuàries majors de 65 anys
  - Telegram
  - X
- Canals de difusió en paper
  - Llibret de programació trimestral
  - Cartelleria
- Pressupost anual per difusió i comunicació de **600 €**

### 10.2 Anàlisi presència en línia del projecte

- **Web Can Carol**
  - **Posicionament:** Primera posició al buscador de Google
  - S'ha mantingut la creació de notícies al web i s'ha incorporat un apartat per a Celebracions.

- **Butlletí de correu electrònic Can Carol**

<b>Resultats Totals 2024</b>	
Subscrietes	878 (creixement de +16,5%)
Butlletins enviats	23
Percentatge d'obertura	58%

- El nou butlletí ha tingut un impacte molt positiu en la comunicació de les activitats del casal. El públic s'ha acostumat a la periodicitat quinzenal (abans setmanal), això ha permès reduir la quantitat de comunicacions enviades i avançar la comunicació d'activitats.

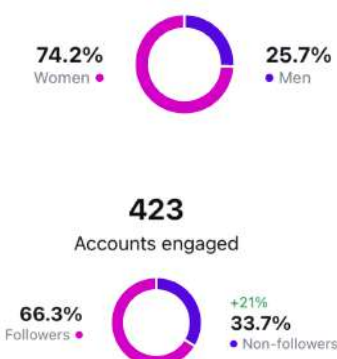
- **Instagram @CBCanCarol**

<b>Resultats Totals 2024</b>		
Total post	55	
Total seguidores	2550 (creixement de +30%)	
<b>Resultats de l'últim trimestre</b>		
Posts: 13	Històries: 185	Vídeos: 0
Comptes compromesos*	16,6%	

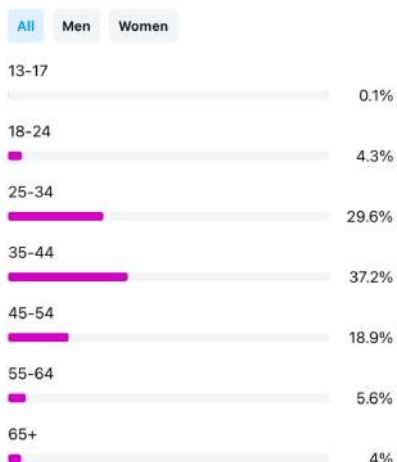
\* Aquells que interactuen amb el contingut de Can Carol (m'agrada, comentaris, comparticions, missatges). Calculem el percentatge de comptes compromesos fent la proporció d'aquests (423 segons Instagram) amb el nombre total de seguidors (2550).

- Perfil de l'audiència que ens segueix a Instagram:  
El perfil majoritari continua sent dones d'entre 25 i 45 anys de Barcelona.

#### Gender



#### Age range



#### Top locations





- o Les publicacions que generen més activitat són les que:
  - Informen d'activitats de rellevància.
  - Estan fetes en col·laboració amb les entitats i projectes amb qui treballem.
  - Contenen fotos de la vida comunitària del casal.
  - Les publicacions amb contingut polític no tenen tant abast però sí que s'igualen en interaccions.

- **X @CBCanCarol**

Resultats Totals 2024	
Total piulades	106 pròpies + 101 republicacions
Total seguidores	860 (creixement de +2%)

- o Enguany hem patit una disminució notable de l'abast de les publicacions del casal a la xarxa X. En part degut al canvi de l'algorisme i direcció de la xarxa. I, per altra part, degut a la necessitat de definir l'estratègia comunicativa en aquesta xarxa. Tot i això, destaquen les publicacions:
  - Esdeveniments festius: Aniversari i Festa Major
  - Posicionament davant causes de justícia social
  - Oferta de feina
  - Cicle [CaminAr-te: vídeo propi](#) i menció al CCCB
  - Valor de l'activitat comunitària del casal

- o Piulades amb més abast del 2024

**CBCanCarol** @CBCanCarol · 24 d'abr. de 2024  
 Veïnes i veïns de Vallcarca, ja tenim aquí el programa d'activitats del **3r Aniversari de Can Carol!** 🎉🎊

👉 Us esperem el 4 de maig per celebrar aquests tres anys del Casal de Barri, espel de trobada, vida i comunitat.

Activitats per a grans i petites. Tothom convidat!



AFA Farigola Vallcarca i 5 usuaris més

👁️ 1.4m 📄 📌

**CBCanCarol** @CBCanCarol · 30 de jul. de 2024  
 Veïnes i veïns, no podem marxar de vacances sense fer-vos saber que ja tenim el programa de la jornada de **Festes de Vallcarca a Can Carol** d'enguany! 🎉🎊

👉 Us esperem el 13 i 14 de setembre, en el segon cap de setmana de Festa Major.

Tot el programa 👉 [cancarol.cat/2024/07/29/fes...](https://cancarol.cat/2024/07/29/fes...)



AFA Montseny Gràcia i 7 usuaris més

👁️ 926 📄 📌



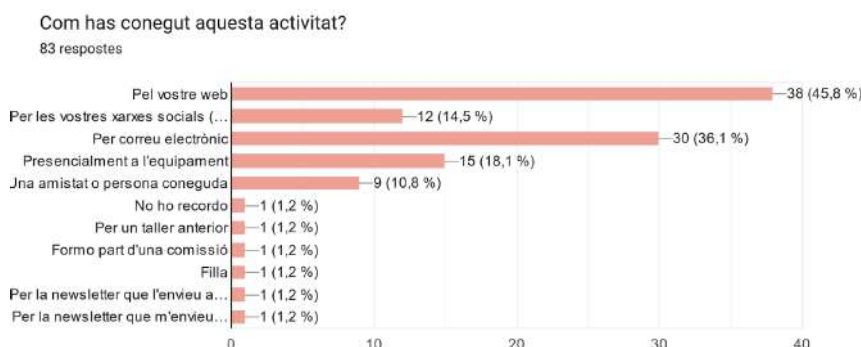
● **Telegram Casal de Barri Can Carol**

<b>Resultats Totals 2024</b>	
Total seguidores	135 (augment del 9%)
Notificacions actives	48,15 % (augment del 3%)
Vistes per publicació	Una mitjana de 140

- o Enguany hem dosificat les publicacions al canal estratègicament per millorar la comunicació de les activitats sense sobresaturar.
- o Les publicacions amb més abast (*de 400 a 550 visualitzacions*) han sigut: Primavera Literària, Presentació Comissió Gènere i Jornada de L'Etnogràfica, Nits d'Astronomia, Jornades festives i l'Oferta de Feina.

● **Anàlisi d'efectivitat dels canals de difusió d'activitats en línia**

Un dels objectius per a optimitzar la comunicació és potenciar el butlletí i la web com a principals canals de comunicació. Un indicador positiu per a avaluar la feina feta és l'*Enquesta de satisfacció d'activitats 2024*.



## 11. Gestió Econòmica

### 11.1 Compte d'exploració

DESPESES 2024		DETALL		IMPORT ANUAL
<b>Recursos Humans</b>				<b>96.893,54 EUR</b>
Coordinació de projectes	37,5h	30.490,94	EUR	
Coordinació de projectes	37,5h	30.490,94	EUR	
Coordinació de projectes	37,5h	30.490,94	EUR	
Coordinació de projectes	17,5h	5.420,72	EUR	
<b>Espectacles i Activitats EUR</b>				<b>22.723,36</b>
Activitats Generals		1.267,00	EUR	
Activitats Formatives		8.014,47	EUR	
Espectacles		9.288,73	EUR	
<b>Altres despeses EUR</b>				<b>2.462,59</b>
Publicitat		624,07	EUR	
Materials		1.074,17	EUR	
Comunicacions		1.063,04	EUR	
Assegurances		276,35	EUR	
Gestoria i suport legal		3.090,12	EUR	
Despeses bancàries		488,10	EUR	
<b>Total despeses</b>				<b>122.079,49 EUR</b>
<b>INGRESSOS</b>				
Lloguer d'espais		8.655,56	EUR	
Inscripcions		2.495,88	EUR	
Subvenció		110.000,00	EUR	
<b>Total ingressos</b>				<b>121.151,44 EUR</b>

## 12. Valoració Global de l'any

### 12.1 Punts forts

<b>Participació</b>
Nombre estable de comissions
Gran volum de persones voluntàries
Projecte transversal i transgeneracional
Inclusió de persones en risc d'exclusió
L'assistència a les activitats és creixent

<b>Programació</b>
Variada i que arriba a tothom
La Comissió Programació uneix tots els grups de treball i és transversal i enriquidora
Reflecteix els valors del Casal

<b>Economia</b>
Acabem l'any afegint recursos propis per afavorir les activitats del casal
Comptes de l'any anterior sanejats i auditats

<b>Treball en Xarxa</b>
Xarxa Casals Comunitaris
Xarxa de Casals de Barri
Plataforma de Gestió Cívica
Taula Comunitària del Coll
Taula d'Equipaments de Proximitat del Districte
Xarxa d'Equipaments Comunitaris (Sectorial de la XESS)

### 12.2 Punts febles

<b>Infraestructures</b>
Poc espai disponible per emmagatzemar materials
Poques sales per fer front a l'alta demanda
Projecte comunitari en creixement vs. Casal petit

<b>Participació</b>
Dificultat per fidelitzar el públic juvenil
Dificultat per augmentar la participació del veïnat migrat
Atraure al veïnat a la participació de les comissions temàtiques

### **12.3 Propostes d'avenç i millora**

- Consolidar els bons resultats obtinguts fins ara.
- Afiançar el model de gestió comunitària participativa, horitzontal i transparent.
- Seguir treballant per aconseguir la implicació del veïnat en els espais de decisions estratègiques.
- Enfortir l'entitat gestora.

## **13. Conclusions**

Tots els indicadors quantitius i qualitius ens indiquen que el Casal Comunitari de Can Carol gaudeix de bona salut i ha aconseguit, en molt poc temps, consolidar-se com un projecte cap dalt als barris de Vallcarca, Coll i Penitents.

Totes les reunions de coordinació amb el Districte de Gràcia i els serveis d'Acció Comunitària de ciutat ens confirmen que anem pel bon camí.

Un camí que volem continuar de la mà de totes les persones que fan vida al nostre barri; teixint complicitats i enfortint la confiança col·lectiva envers aquest espai: Can Carol.

**Benvingudes a casa vostra!**

## 14. Annexes

### 14.1 Sistema d'informació

Recull anual d'indicadors.

			INDICADORS D'ACTIVITAT DEL CASAL:		CASAL DE BARRI CAN CAROL				
Àmbit	Nº	Dimensions	Nº	Descripció Indicador	T1	T2	T3	T4	TOTAL ANY
A. Escolta	A.1	Pro-activitat	1	Assistència en representació del Casal: Nombre d'òrgans de participació i espais de trobada a nivell de barri, districte i Ciutat.	22	20	8	13	63
	A.2	Plural							
	A.3	Resposta	3	Activitats programades: Nombre total d'activitats programades del Casal.	90	79	44	75	288
			4	Activitats en col·laboració (%): Activitats programades del Casal que han estat coproduïdes o produïdes en col·laboració amb una o varies entitats.	13%	13%	25%	36%	21%
			5	Activitats pròpies (%): Activitats del Casal de producció pròpia en el trimestre.	87%	87%	75%	64%	79%
B. Accessibilitat	B.4	Inclusió de persones diverses							
	B.5	Us per part d'entitats, grups i serveis	6	Cessió d'espais: Nombre de demandes de cessió d'espais rebudes amb i sense contraprestació.	30	29	22	0	81
	B.6	Pluralitat d'oferta	7	(%) de cursos i tallers realitzats	16%	19%	23%	28%	21%
			8	Nombre de persones que han participat en cursos o tallers realitzats.	196	285	13	135	629
			9	(%) de xerrades, conferències i cinefòrums realitzades	804 %	600%	107%	104 %	9%
			10	(%) d'exposicions realitzades	3%	1%	5%	705	6%

			<b>11</b>	<b>(%) espectacles</b> realitzats (teatre, dansa, música, concerts,...)	<b>301</b> %	<b>700%</b>	<b>1100</b> %	<b>4%</b>	<b>9%</b>
			<b>12</b>	<b>(%) d'altres activitats</b> realitzades	<b>5304</b> %	<b>4704</b> %	<b>1700</b> %	<b>271</b> 2%	<b>56%</b>
<b>C.</b> <b>Autonomia</b>	<b>C.7</b>	<b>Auto-organització</b> <b>usuaris</b>	<b>2</b>	<b>Participació organitzativa:</b> Nombre de persones diferents que han participat alguna vegada en tasques d'organització d'activitats programades pel Casal.	<b>31</b>	<b>31</b>	<b>32</b>	<b>28</b>	<b>122</b>
	<b>C.8</b>	<b>Metodologia</b> <b>comunitària</b>	<b>13</b>	<b>Activitats amb metodologia comunitària:</b> Nombre d'activitats del Casal realitzades amb metodologia comunitària.	<b>90</b>	<b>91</b>	<b>44</b>	<b>76</b>	<b>301</b>
	<b>C.9</b>	<b>Incorporació</b> <b>d'usuaris i</b> <b>projectes als</b> <b>espais de</b> <b>presa de</b> <b>decisiones del</b> <b>casal</b>	<b>14</b>	<b>Gestió del Casal:</b> Nombre de persones diferents que han participat en la gestió del Casal.	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>9</b>	<b>38</b>

#### **Comentaris:**

Amb la introducció de la Comissió Programació i la Comissió gestora i la transformació de les antigues comissions temàtiques en grups de treball esperàvem una baixada de participació molt gran. Ens ha sorprès però, que només hem passat de 39 persones que participen en la gestió del casal a 38.

#### **Indicacions Generals:**

- 1 - Indicar el nom del Casal a la casella F3.
- 2 - Totes les dades mostrades estan en funció de la resta de fulls on s'han entrat els indicadors corresponents, no es pot editar res.
- 3 - A la casella de comentaris si que podeu escriure i si voleu fer un salt de línia, premeu Alt+Intro.

## 14.2 Inventari actualitzat

Secció	Sala	Tipus	Unitats	Propietari	
Audiovisual	Polivalent				
		Vídeo projector 5000 Lúmens 3LCD-WUXGA	1	Ajuntament de Barcelona	
		Pantalla projecció frontal motoritzada 240x150 cm	1		
		Comandament a distància pantalla	1		
		Altaveus 2 vies, 250W. RMS, Woofer 10" tweeter de titani/ neodimi de 1"	2		
		Etapa de potència de Classe D amb DSP integrat de 2 X 500 W @ 8 Ohm, 2 X 700 W @ 4 Ohm amb crossover i limitador de pics.	1		
		Equalitzador gràfic de 31 bandes. Equalitzador d'entrada de 8 bandes paramètric amb funció d'autoequalització.	1		
		Taula de mescles de 8 entrades mono, 3 entrades stereo. 2 canals de micròfon i 3 aux amb compressor/limitador.	1		
		Micròfons de sobretaula amb suport	2		
		Micròfon sense fils de mà.	1		
		Micròfon sense fils de diadema	1		
		Rack 19" per l'equipament audiovisual proposat, amb safates, 2 calaixos i accessoris	1		
		bucle inductiu	1		
		Altaveu EK audio actiu 12"	2		
		PARELLA SUPORTS ALTAVEU ADAM HA	1		
		TAULA MESCLES EK AUDIO KG12A	1		
		MICROFON SHURE PGA58-XLR-E	3		
		SUPPORT MICRO EK JIRafa MS002	3		
		FUNDA PER TAULA DE MESCLES	1		
		CABLE 4 STAR XLR-XLR 10 MT	1		
		ADAPTADOR XLR M-JACK M STEREO	2		
		MANGUERA ADAM HALL 8/4 10 METRE	1		
		Cables de micro pro snake TPM 10m <i>(novetat 2023)</i>	4		
		Prolongació 16 A <i>(novetat 2023)</i>	1		
		Enrotllacables 4T <i>(novetat 2023)</i>	1		
		Enrotllacables 20M PR <i>(novetat 2023)</i>	1		
		Base endoll 6-F <i>(novetat 2023)</i>	2		
		Càmera fotos Nikon	1		FEACCC
		Altaveus autosonoritzats	2		
		Peus d'altaveus	2		
		Peus de micro	2		
		Micros	2		
		Cables de micro	2		
		Cable connector jack-minikack	6		
		Cable Drum IP44 25m	1		
		Cable - Wire cross section 1,0	1		
	Despatx				
		Videoprojector	1	Ajuntament de Barcelona	
		Suport amb rodes per a videoprojector i portàtil	1	Barcelona	



Informàtica	Despatx		
		Ordinadors portàtils ACER, intel COREi5	4
		Ratolins	4
		Impressora Brother MFC-J6945DW	1
		Carregador Acer	2
		Tinta impressora Brother MFC-J6945DW	9
		Telèfon Iphone 8	1
		Ordinador MacBook Pro	1
		Sum up ( <i>novetat 2023</i> )	1
	Polivalent		
		Switch 48 ports	1
Mobiliari	Vestíbul		
		Taula plegable	1
		Cartellera	1
		Penja roba de peu	1
		Carpa 200x200x300	1
		Carrito de càrrega i descàrrega standers	1
		Radiador 9 elements H460 Habitex	1
		Pissarra Blanca portàtil	1
	Polivalent		
		Cadires apilables sense braços	40
		Pissarra Blanca de paret modular	2
		Joc del paracaigudes 365cm diàmetre	1
		Faristol Plegable AT-02	1
		Tripode de llum LED 50W 4000LM IPM65	1
		Armari mirall portes batents	1
	Taller 2 i 3		
		Cadires apilables sense braços	20
		Taula Plegable 140x70	8
		Pissarra Blanca de paret modular	4
		Conjunt armaris baixos	2
		Conjunt armaris alts	2
		Pica	2
		Joc Bitlles fineses compactes ( <i>novetat 2023</i> )	1
	Despatx		
		Taula Plegable 140x70	2
		Pissarra Blanca de paret modular	2
		Cadira operativa amb braços	2
		Armari fixe	1
	Cuina		
		Taula plegable i regulable en alçada 140x70	3
		Tamboret Alt Apilable 75 cm	8
		Pissarra Blanca de paret modular	4
		Illa central equipada amb placa d'inducció i campana extractora	1
		Moble de cuina baix equipat amb pica, armaris i calaixos	1
		Rentaplats integrable	1
		Frigorífic combi integrable	1
		Forn integrable	1
		Microones	1

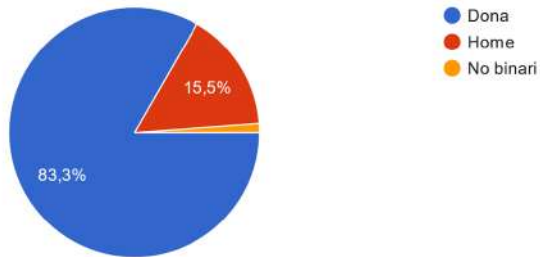
	Organitzador per calaix	2	
	Set d'estris	1	
	Blak&decker HandBlender	1	
	draps de cuina Brabantia microfibra	2	
	motllos de silicona forn iconic	2	
	Motlle forn Quttin silicona rígida	1	
	Safata forn galvanitzada antiadhesiva	1	
	Safata pírex transparent forn	1	
	Parament de cuina	1	
	Funda protectora taula	1	
<b>Terrat</b>			
	Taula cultiu 150x50x21/40H	1	
	Taula cultiu 150x50x21/70H	1	
	Taula cultiu 150x50/85H	1	Ajuntament de Barcelona
	Mànega de rec	1	
	Kit per sistema de drenatge	1	
	Kit per sistema de rec automàtic	1	
<b>Espai Relacional</b>			
	Pica	1	
	Rentagots de cistella quadrada amb bomba de desguàs i descalcificador interns	1	
	Armari de refrigeració sota mostrador	2	
	Microones	1	Ajuntament de Barcelona
	Cafetera superautomàtica	1	
	Conjunt mobiliari acer inoxidable fet a mida	1	
	Banc abatible	1	
	Conjunt armaris alts	1	
	Taula de cafè plegable/abatible	4	
	Tamboret baix apilable	8	
<b>Complements</b>	Paperera reciclatge	5	
	Guia amb ganxos per exposició	10	
	Topalls acer inoxidable	7	
	Portarotlles Paper WC d'acer inox.	4	
	Escombreta WC d'acer inox	4	
	Penjador d'acer inox setinat	4	
	Dispensador combinat de paper i sabó d'acer inox	2	Ajuntament de Barcelona
	Paperera d'acer inox	2	
	Canviador de bolquers	1	
	Prestatgeria autoportant magatzem	1	
	Taquilla metàl·lica 2 portes	1	
	Escala 6 graons	1	
	Conjunt cubells reciclatge per a calaix	1	
	Armari baix portes batents	1	FEACCC

### 14.3 Enquestes de satisfacció

A continuació annexem els resultats gràfics de les 84 enquestes de satisfacció respostes per les participants aquest 2024. Tot seguit la taula amb totes les respostes rebudes.

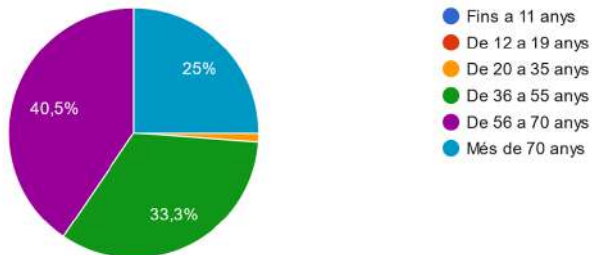
Gènere

84 respostes



Edat

84 respostes



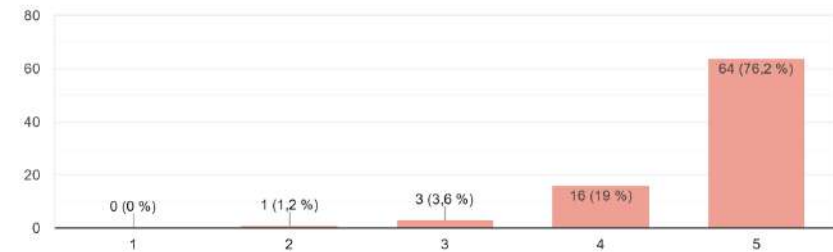
Tipus d'activitat en la qual has participat

84 respostes



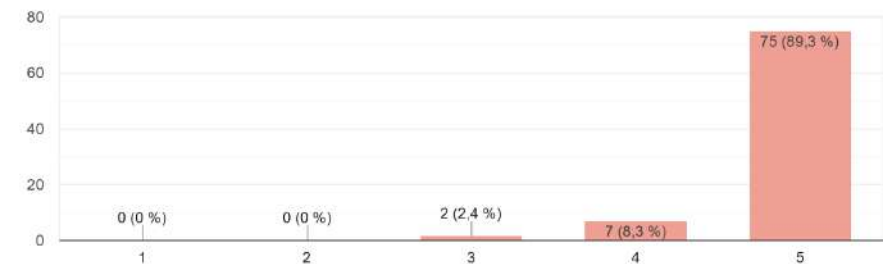
L'activitat ha cobert les teves expectatives?

84 respostes



El procés d'inscripció i l'atenció de l'equip tècnic ha estat adequat?

84 respostes



Marca temporal	Gènere	Edat	Tipus d'activitat en la qual has participat	Títol de l'activitat	L'activitat ha cobert les teves expectatives ?	El procés d'inscripció i l'atenció de l'equip tècnic ha estat adequat?	Canviaries alguna cosa de l'activitat en la qual has participat? Horari? Espai? Continguts?	Com has conegut aquesta activitat?	Altres suggeriments
3/04/2024 9:10:34	Dona	De 36 a 55 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Bridge	5	5		Pel vostre web	
3/04/2024 9:20:47	Dona	De 36 a 55 anys	ioga	estiraments i exercicis posturals ioga	3	5	van canvir la professora ioga, i no ha satisfet les meves expectatives	Pel vostre web	
3/04/2024 9:26:04	Dona	Més de 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Club lectura Cuines	5	5	Res	Pel vostre web	
3/04/2024 9:41:37	Dona	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	ioga	5	5	Horari	Presencialment a l'equipament	
3/04/2024 9:41:39	Dona	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	eren sobre cuina sana , sense gluten	4	4	esta be com ho fan , algun cop millor a la sala de baix es mes gran	Per correu electrònic, Una amistat o persona coneguda	seguiu aixi i amb aquesta intencio de millora i servei
3/04/2024 9:58:38	Dona	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Taller	5	5		Per les vostres xarxes socials (Telegram, Twiter i Instagram)	
3/04/2024 11:19:09	No binari	De 36 a 55 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Teatre Comunitari	5	5	M´agradaria el horari més aviat per poder venir amb la meva filla petita. és molt tard per a ella. Però entenc que és l´horari possible per a la resta dels companys/es	Pel vostre web	Continuar donant suport al grup del teatre Comunitari. És una super bona proposta que està depegant ara
3/04/2024 11:33:57	Dona	De 36 a 55 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Restauració i autoconstrucció de mobiliari	5	5	No	Una amistat o persona coneguda	
3/04/2024 12:05:46	Dona	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Cuina d'aprofitament	4	5	El taller està ben organitzat. Les persones que el porten són	Presencialment a l'equipament	

							molt acollidores i m'hi he sentit molt a gust		
3/04/2024 13:59:16	Dona	De 36 a 55 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Cuina silvestre	5	5	Res	Una amistat o persona coneguda	Estaria molt bé un taller d'ús intern de l'argila
3/04/2024 15:39:29	Dona	Més de 70 anys	Taller sòl pelvià	Taller sòl pelvià	4	5		Per correu electrònic	
3/04/2024 15:49:05	Dona	De 36 a 55 anys	loga i Tay Txy	loga i Tay Txy	5	5		No ho recordo	
3/04/2024 16:41:27	Dona	De 56 a 70 anys	Espectacle	Teatre	4	5	Teatre	Filla	Ma agradaria anar a més coses pero per horari laboral no puc aviat em jubilarme y tindre tot al temps del món.
3/04/2024 17:59:34	Home	Més de 70 anys	cuina	COM ENS COMUNIQUEM? EINES PER MILLORAR LA TEVA COMUNICACIÓ	4	5		Pel vostre web	
4/04/2024 8:47:51	Dona	De 36 a 55 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Taller Alimentació sense gluten	5	5		Per correu electrònic	
4/04/2024 10:17:07	Dona	De 20 a 35 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Taller autoconstrucció	5	5		Per correu electrònic	Fer un taller per arreglar mobles antics
5/04/2024 12:48:09	Dona	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	IOGA	5	5	Que fosin dues sessions per setmana	Per les vostres xarxes socials (Telegram, Twiter i Instagram)	
5/04/2024 20:04:32	Dona	De 56 a 70 anys	Ruta	Taller sòl pelvià, ioga i cinema amb debat posterior	5	5	allargaria la durada taller	Per correu electrònic, Presencialment a l'equipament	Incrementaria les xerrades
6/04/2024 2:18:01	Home	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Cuina d'aprofitament	5	5	No canviaria res	Per correu electrònic	

20/06/2024 22:49:39	Dona	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	loga	5	5	Tot bé	Presencialment a l'equipament	
24/06/2024 22:00:00	Dona	De 56 a 70 anys	yoga	yoga ,,,	3	5		Una amistat o persona coneguda	
27/06/2024 19:38:30	Dona	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Taller de loga	4	5	no		Potser caldria un fons de música per donar caliu i serenor a l'espai
1/07/2024 18:01:00	Dona	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Tallers de cuiba	5	5	No	Pel vostre web	
2/07/2024 11:38:30	Home	Més de 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	cuina	5	5	no	Pel vostre web	
2/07/2024 11:40:14	Home	Més de 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Alimentació Antiinflamatòria	5	5		Pel vostre web	
2/07/2024 11:52:16	Dona	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Chi kung	4	5	No	Pel vostre web, Per correu electrònic	
2/07/2024 11:53:20	Dona	Més de 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Normas importants per defensarte	5	5		Per les vostres xarxes socials (Telegram, Twiter i Instagram), Una amistat o persona coneguda	M'agradaria repetir i aprofundir amb un taller
2/07/2024 12:31:53	Home	De 56 a 70 anys	Ruta	Ruta literaria, La ciutat dels nens	5	5	No	Una amistat o persona coneguda	
2/07/2024 12:36:29	Dona	Més de 70 anys	Ruta	Visita a la ciutat dels nens a Collcerola	5	5	Va resultar perfecta, el dia i l'hora, tot i que va començar plovent...	Una amistat o persona coneguda	
2/07/2024 12:50:36	Dona	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Varios talleres.	5	4		Per les vostres xarxes socials (Telegram, Twiter i Instagram), Per correu electrònic, Una amistat o persona coneguda	

2/07/2024 12:54:07	Dona	De 36 a 55 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Cuina	5	5		Pel vostre web	
2/07/2024 13:42:28	Dona	De 36 a 55 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Taller d'autodefensa feminista	4	4	afegiria un continguts/nou taller per adolescents	Una amistat o persona coneguda	
2/07/2024 14:03:59	Dona	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Dieta antiinflamatoria	5	3	No. Em va encantar, tot perfecte	Per les vostres xarxes socials (Telegram, Twiter i Instagram)	
2/07/2024 15:06:18	Dona	De 36 a 55 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Alimentación antiinflamatoria	5	5	No,todo perfecto	Presencialment a l'equipament	Gracias por todo vuestro trabajo, es excepcional.
2/07/2024 15:31:51	Dona	De 36 a 55 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Autodefensa feminista	5	5		Per correu electrònic	
2/07/2024 16:00:04	Dona	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Ratafia	5	5	Tot be. Poder a les 6 es una mica aviat, pero be.	Pel vostre web	Continuar amb aquest tipus de propostes.
2/07/2024 16:12:01	Dona	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Vellesa Activa	5	4	NO, TOT MOLT BÉ	Pel vostre web	
3/07/2024 6:25:15	Dona	Més de 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Gaudim de una VBellesa Activa	2	5	Si, crec que la durada màxima seria millor de 60 minuts	Presencialment a l'equipament	
3/07/2024 6:26:12	Dona	Més de 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Qi Gong	4	5		Presencialment a l'equipament	
3/07/2024 10:36:22	Dona	De 36 a 55 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Autodefensa feminista	5	5	No, simplement fer-ne més sessions perquè es va fer curta	Per correu electrònic	
3/07/2024 11:37:43	Dona	Més de 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Vellesa activa	5	5		Per correu electrònic	Fer més tallers tipus estiraments , significat dels somnis ,teràpies energetiques

3/07/2024 15:11:16	Dona	Més de 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Cuina a can Carol i Club de lectura	5	5	No	Pel vostre web	
4/07/2024 10:00:45	Dona	De 36 a 55 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Alimentació Antiinflamatoria	5	5		Per la newsletter que l'envieu amb la programació d'activitats	
4/07/2024 10:02:50	Dona	De 36 a 55 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Cuinem a Can Catol	5	5		Per la newsletter que m'envieu amb la programació	
9/07/2024 20:44:30	Dona	Més de 70 anys	Ruta	La Ciutat dels Nens	5	5	Tot molt bé, però seria bo disposar d'una sala o aixopluc per si ploqués fort en arribar, per no haver de suspendre l'acte o les explicacions. Per sort el temps va aguantar...	Per correu electrònic	
9/07/2024 21:10:55	Dona	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Taller d'auto defensa feminista 2024	5	5	Tot correcte. Potser una mica curt o caldria més d'una sessió	Pel vostre web, Per correu electrònic, Presencialment a l'equipament	Atés el curt temps del taller, potser caldria fer més sessions aprofundint en un tema cadascuna
9/07/2024 21:15:06	Dona	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Alimentació Antiinflamatòria	5	5	Tot molt correcte	Pel vostre web, Per correu electrònic, Presencialment a l'equipament	Repetir més capsules sobre la relació de la alimentació i la qualitat de vida, donant pautes per canviar hàbits
15/01/2025 11:30:43	Dona	De 36 a 55 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	loga	4	5	Podriem ser més dies a la setmana	Pel vostre web	
15/01/2025 12:23:50	Dona	Més de 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Taller de Qi Gong	5	5	Millor bhorari de matins	Pel vostre web	M'agradaria un taller d'introducció a la meditació
15/01/2025 13:08:09	Dona	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Cuina i aromoterapia	5	5		Pel vostre web	
15/01/2025 13:19:37	Dona	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Taller d'aromaterapia	5	5	No	Per les vostres xarxes socials (Telegram, Twitter i Instagram)	



15/01/2025 13:29:37	Home	Més de 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Cuina, novela	5	3	no	Pel vostre web, Presencialment a l'equipament	
15/01/2025 13:31:07	Home	Més de 70 anys	NOVELA	NOVELA	5	5		Pel vostre web, Presencialment a l'equipament	
15/01/2025 13:35:52	Dona	De 36 a 55 anys	loga	loga estiraments	5	5	Tot bé , es molt bona professora la Marta	Pel vostre web	Em sap greu no poder continuar . Ara tinc que treballar en aquest horari
15/01/2025 13:36:43	Dona	De 36 a 55 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Autodefensa femenina	4	5	Ha estat molt bé, i el tallerista súper bé!!!	Presencialment a l'equipament	
15/01/2025 13:36:50	Home	De 36 a 55 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Fem pa! Taller d'iniciació	4	4		Per les vostres xarxes socials (Telegram, Twitter i Instagram)	
15/01/2025 14:09:27	Dona	De 36 a 55 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Fotogrames	5	5	Potser l'aula no era la mes adequada	Formo part d'una comissió	
15/01/2025 16:03:02	Dona	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Cuina de tardor	5	5		Pel vostre web	
15/01/2025 16:09:26	Dona	Més de 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Cuines	5	5	Tot molt bé	Per correu electrònic	
15/01/2025 16:25:56	Home	Més de 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Cuinem a Can Carol	5	5		Pel vostre web	
15/01/2025 16:27:29	Home	Més de 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Alimentació energètica de tardor	5	5		Presencialment a l'equipament	
15/01/2025 16:28:41	Home	Més de 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Aromateràpia de tardor	3	5		Pel vostre web	
15/01/2025 16:56:39	Dona	Més de 70 anys	Txi Kung	Txi Kung	5	4	No	Presencialment a l'equipament	

15/01/2025 17:04:28	Dona	De 36 a 55 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Alimentació energètica de tardor.	5	5	Res	Pel vostre web	- Que feu més activitats semblant a aquesta.  - M'agradaria que féssiu rutes per la ciutat i visites guiades a llocs d'interès cultural (amb guies autoritzats).  Moltes gràcies!!
15/01/2025 17:54:02	Dona	De 36 a 55 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Aromateràpia de tardor	5	5	No va esta superbé	Pel vostre web, Per les vostres xarxes socials (Telegram, Twiter i Instagram), Per correu electrònic	
15/01/2025 17:55:12	Dona	De 36 a 55 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Alimentació energètica de tardor	5	5	No la veritat que estan molt bé aquestes càpsules	Pel vostre web, Per les vostres xarxes socials (Telegram, Twiter i Instagram), Per correu electrònic	
15/01/2025 17:58:08	Dona	De 36 a 55 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Fem pa! Taller d'iniciació	4	5		Pel vostre web, Per les vostres xarxes socials (Telegram, Twiter i Instagram), Per correu electrònic	
15/01/2025 18:19:27	Dona	De 36 a 55 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Cuinem a Can Carol	5	5	No, la veritat es que crec que estan molt ben plantejades	Pel vostre web, Per les vostres xarxes socials (Telegram, Twiter i Instagram), Per correu electrònic	
15/01/2025 20:53:30	Dona	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Txi kung	5	5	És correcte	Pel vostre web, Per les vostres xarxes socials (Telegram, Twiter i Instagram)	
15/01/2025 21:37:19	Dona	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Aromoteràpia de tardo	5	5		Pel vostre web	
15/01/2025 21:38:04	Dona	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Fem pa	5	5		Pel vostre web	

15/01/2025 21:49:15	Dona	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Sòl Pelvià Femení	5	5		Pel vostre web, Per correu electrònic	
15/01/2025 21:50:38	Dona	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Aromateràpia de Tardor	5	5		Pel vostre web, Per correu electrònic	
16/01/2025 9:38:36	Dona	De 36 a 55 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Taller d'Autodefensa	5	5	Seria bo poder fer el taller en un espai una mica menys visible a gent de fora, amb més intimitat.	Per un taller anterior	Estem pendents de rebre les recomenacions del tallerista
16/01/2025 13:37:11	Dona	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	ioga	5	5	per mi, es perfecta	Pel vostre web, Per correu electrònic	
16/01/2025 18:04:30	Dona	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Qi Gong	5	5	Tot em va b	Pel vostre web, Per correu electrònic	
16/01/2025 18:07:54	Dona	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Alimentació energètica de tardor	5	5	Tot correcte	Pel vostre web, Per correu electrònic	Ampliar el temps d'exposició teòrica
16/01/2025 18:09:32	Dona	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Aromateràpia de tardor	5	5	Tot correcte	Pel vostre web, Per correu electrònic	
16/01/2025 20:25:15	Dona	Més de 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	loga	5	5	No lo	Presencialment a l'equipament	No
17/01/2025 23:43:57	Home	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Dolços de Nadal	5	5	Per res, ja m'agrada així	Per correu electrònic	
17/01/2025 23:46:38	Home	De 56 a 70 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Fem pa	4	5	No	Per correu electrònic	

22/01/2025 9:41:08	Dona	De 36 a 55 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Autodefensa feminista	4	4	Tot i que considero que aquest taller aborda l'autodefensa des de diferents aspectes, i això és positiu, he trobat a faltar més aprofundiment en l'aspecte físic. També ha quedat pendent que el tallerista ens envii per correu electrònic una sèrie de continguts audiovisuals que tracten el tema. Gràcies.	Per correu electrònic	
24/01/2025 12:39:12	Dona	De 36 a 55 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	taller sòl pelvià	4	5	tot taller pràctic	Per correu electrònic	fer un taller d'hipopressives
24/01/2025 12:40:36	Dona	De 36 a 55 anys	Activitat formativa (Tallers, càpsules, grups autogestionats)	Taller d'AUTODEFENSA FEMINISTA	5	5	MÉS SESSIONS	Per correu electrònic	

## 14.4 Còpies dels fulletons, cartells i altres materials comunicatius

### - Llibrets trimestrals



### - Activitats formatives

**INSCRIPCIONS PRIMAVERA 2024**  
A partir del dilluns 8 d'abril a les 17h  
Presencialment al casal i en línia a [www.can Carol.cat/taller](http://www.can Carol.cat/taller)

<b>Tallers trimestrals:</b> Inscripcions fins al dia 11/04	<b>IOGA, ESTIRAMENTS I CORRECCIO CORPORAL</b> CASA BARCELONA DE 10h a 12h Inscripcions fins al dia 11/04	<b>TARDES DE QIGONG</b> CASA BARCELONA DE 18h a 19h Inscripcions fins al dia 11/04
<b>Càpsules formatives:</b> Inscripcions fins a omplir places	<b>CUINEM A CAN CAROL PRIMAVERA</b> CASA BARCELONA DE 18h a 20h Inscripcions fins a omplir places	<b>RIEM I RECORDEM TALLER DE MEMORIA</b> CASA BARCELONA DE 10h a 12h Inscripcions fins a omplir places
<b>Rutes cicle CaminAr-te:</b> Inscripcions fins a omplir places	<b>GAUDIM D'UNA VBELLESA ACTIVA</b> CASA BARCELONA DE 10h a 12h Inscripcions fins a omplir places	<b>ALIMENTACIO ANTI-INFLAMACIO</b> CASA BARCELONA DE 10h a 12h Inscripcions fins a omplir places
	<b>RUTA LITERARIA "LA CIUTAT DELS NENS"</b> CASA BARCELONA DE 10h a 12h Inscripcions fins a omplir places	<b>MIGRANTOUR PEL RÀVAL</b> CASA BARCELONA DE 10h a 12h Inscripcions fins a omplir places

**CAN CAROL**  
CASAL DE BARRI DE VALLCARCA  
C/ Carles de Borja, 28. 08022 BCN. Tel: 937 186 146

Districte de Gràcia Ajuntament de Barcelona

**JÀ CONEIXES LES ACTIVITATS AUTOGESTIONADES PER VEÏNES A CAN CAROL ?**

Són activitats obertes i gratuïtes. T'hi animes a participar?

Per a més informació aprop't al casal o escriu a: [info@can Carol.cat](mailto:info@can Carol.cat)

<b>GRUP DE RUMICUB</b> CASA BARCELONA DE 10h a 12h Inscripcions fins a omplir places	<b>GRUP DE DOMINO</b> CASA BARCELONA DE 18h a 20h Inscripcions fins a omplir places
<b>CAFÈ, TEIXIR I XERRAR</b> CASA BARCELONA DE 10h a 12h Inscripcions fins a omplir places	<b>GRUP DE TEATRE COMUNITARI</b> CASA BARCELONA DE 19h a 20h Inscripcions fins a omplir places
<b>MATINS DE TAITXI</b> CASA BARCELONA DE 10h a 12h Inscripcions fins a omplir places	<b>CLUB DE LECTURA</b> ULTIM DOMATGE DEL MES A LES 18h Inscripcions fins a omplir places

**CAN CAROL**  
CASAL DE BARRI DE VALLCARCA  
C/ Carles de Borja, 28. 08022 BCN. Tel: 937 186 146

Districte de Gràcia Ajuntament de Barcelona

**PRESENTACIÓ**  
**Comissió Gènere i el nou Protocol de Can Carol**  
**DIVENDRES 24 DE MAIG**

**18:30H PRESENTACIÓ**  
Protocol de prevenció i abordatge de violències masclistes  
Espai mixt amb entrada lliure

**19:30H TALLER D'AUTODEFENSA FEMINISTA**  
Espai no mixt  
Per a dones i identitats dissidents  
Cal inscripció a: [can Carol.cat/taller](http://can Carol.cat/taller)

**CAN CAROL**  
CASAL DE BARRI DE VALLCARCA  
C/ Carles de Borja, 28. 08022 BCN. Tel: 937 186 146

Districte de Gràcia Ajuntament de Barcelona

# - Promoció de la cultura popular

## PRIMAVERA LITERÀRIA i popular

LITERATURA, POEMES I MÚSICA

**PRESENTACIÓ DEL LLIBRE "TURBOLOVER DE NEOBARNA", CONCERT DE REGATU I DJ SANDROIDE**

**Dissabte 6 d'abril 18h.**  
En un indret de l'edifici Borrell de clàssica funció neobarra amb l'actora Sandroide

**RESOST POÈTIC: VIDA I OBRA DE CATERINA ALBERT (VICTOR CATALÀ)**

**Dijous 20 de juny 18h**  
Amb les poetes Dolors Dime i Solènia Cascoi. Acompanyament audiovisual, musical i poètic. Organitzat per Jaume Vagstad i Pàula M. Esteller

**PRESENTACIÓ DE LLIBRE SOBRE SEBASTIÀ ROURE I RECITAL POÈTIC**

**Dissabte 16 de juny 18h**  
El llibre "Quatre darrers quadres" recull 11 llibres del poeta (autor Sebastià Roure (1947-2006))

Presentacions organitzades per: **Comissió d'Arts i Cultura / Espai Relacional**

**CLUB DE LECTURA "LA CASA DE LES PAPALONES" AMB TERESA SOLANA**

**Dimecres 19 d'abril 17:30h.**  
Amb els joves de BAC d'Espai Vallcarca.

**EXPOSICIÓ POEMART: LA SEQUERA**

**Del 23 al 30 d'abril en horari d'obertura.**  
A càrrec dels infants de l'Escola Wortsberg.

**CAN CAROL**  
CASAL DE BARCELONA DE VALLCARCA  
C/ Carrià, 25-26 Vallcarca / Tel: 937 966 445 / info@can-carol.cat / @can-carol

*Visitem un Sant Jordi Popular*

## FESTES DE VALLCARCA 2024

**DISSABTE 14 DE SETEMBRE**  
US ESPEREM A LA PLÇA FÀRIGOLA!

**11h MATINAL DE JOCS GEGANTS**  
Per tots els barcelonins

**12:30h VERMUT MUSICAL amb Arribar i Pleure**

**14:30h DINAR POPULAR: Carri verd**  
Carnet de menjador amb menú de 12 plats a 1,5€

**16h ESPECTACLE DE MÀGIA amb Pere Rafart**

**17h BALLADA DE SALSA OBERTA A LA PLAÇA**  
Amb el club de dansa de CAN CAROL

**19h CONCERT AMB PAÏRA**

**20h SOPAR DE GERMANOR**  
Menú de 12 plats a 1,5€ amb música en directe

**21h HIT DE FESTA**  
Joan Colomo i La Radiofòrmula

**22h Lalo López**

**00:30h PD La Cara B**

**DIVENDRES 13 DE SETEMBRE**

**20h TABALADA**  
Amb el grup de percussió de CAN CAROL

**21h CORREFOC**  
Per tots els barcelonins

**21h HIT DE FESTA**  
Joan Colomo i La Radiofòrmula

**22h Lalo López**

**00:30h PD La Cara B**

**CAN CAROL**  
CASAL DE BARCELONA DE VALLCARCA

**FEACCC**  
FESTES DE BARCELONA

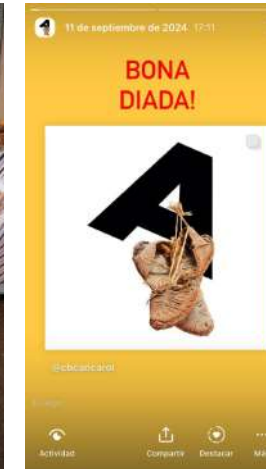
C/ Carrià, 25-26 Vallcarca / Tel: 937 966 445 / info@can-carol.cat / @can-carol



## VOLEM UN SANT JORDI POPULAR

NO UN RECINTE FERAL NEOLIBERAL

#LLEGEX EL MANIFEST AQUÍ



- Jornades

**DISSABTE 27 GENER 2024**  
**VKK VIU**

**11h A 13h**  
**MERCAT D'INTERCANVI**  
D'ACTIVITATS INFANTILS

**12h A 14h**  
**CONCERT HOMENATGE**  
A VÍCTOR JARA

**14h**  
**DINAR COMUNITARI**  
AMB DJ CEJI

**16h A 18h**  
**VKK SONA**  
AMB DJ CEJI

**CAN CAROL**  
CASAL DE BARRI DE VALLCARCA

**ANIVERSARI CAN CAROL**  
**Fem 3 anys!**  
**DISSABTE 4 DE MAIG**

**10:30H**  
MATÍ DE JOCS DE TAULA  
BUNJI, ESCACI I MÉS  
GRUPS DE CAN CAROL,  
ESPAI RELACIONAL,  
LUDOTECA CC EL COLL

**12:30H**  
CONCURS D'APERITIU  
INSCRU'TE FINS AL DZOS  
A: @ESPAIRELACIONAL.CAT  
AMB PREMIS

**12:30H**  
VERMUT MUSICAL  
PO PRINXARELLU NYAP  
MÚSICA BALLARCA  
@VFKa.gm

**14:30H**  
DINAR POPULAR  
PANELLA HORTA  
O VEGETARIANA  
SE COMIJA EL TÈT TOGET  
AL CASAL DEL 2504 AL 0305

**16:00H**  
IMPRO BARCELONA  
ESPECTACLE TEATRAL  
PER A TOTS ELS PÚBLICS  
@improbarcelona

**17:00H**  
KARAOKE  
INSCRU'TE A LA LLEISTA  
D'USUARI L'ANIVERSARI A  
L'ESPAI RELACIONAL

**19:00H**  
SUENOS SIN DOCUMENTOS  
CONCERT DE VIKI  
RUMBETA BONA

**CAN CAROL**  
CASAL DE BARRI DE VALLCARCA

**DISTRICTE MUSICAL JOVE**  
**FESTIVAL DE MÚSICA JOVE EMERGENT 2024**

**Dissabte 28 de setembre**  
**CASAL DE BARRI CAN CAROL**

**11h Presentació i Gràcia**

**12h Actuació musical**  
**Noa Guillán & Maria Costa**  
**La Familia Vulgaris**

**CAN CAROL**  
CASAL DE BARRI DE VALLCARCA

**IV JORNADA**  
**FEMINISMES INTERSECCIONALS**

**Feminismes populars per la memòria i la reparació**

**Dissabte, 30 de Novembre**  
**al Casal de Barri Can Carol (Valldarca)**

**LETNOGRÀFICA**  
**CAN CAROL**  
CASAL DE BARRI DE VALLCARCA

- Cicles musicals i Espai Relacional

**VKK SONA ESTIU '24**

**DS 13 JUL 18h**  
**MABELES**  
MÚSICA POPULAR D'AMERICA DEL SUD

**DS 13 JUL 19h**  
**PD AFI USU ANNE**  
VEUS FEMENINES, WORLD MUSIC, FUNK, FOLK

**DV 19 JUL 19h**  
**MARTA KAOPA**  
CANÇÓ D'AUTORA, FOLK, SOUL

**DV 26 JUL 19h**  
**PRIMERAN**  
RUMBA, FUNK, DISCO

**CAN CAROL**  
CASAL DE BARRI DE VALLCARCA

**VERMUTS MUSICALS**  
SECON DISSABTE DE CADA MES A L'ESPAI RELACIONAL DE CAN CAROL

**TARDOR 2024**

**9 NOVEMBRE 12h**  
**BALLFOLK'AT**

**12 OCTUBRE 12h**  
**GUADALUPE PUENTES**

**14 DESEMBRE 12h**  
**COLUMBA**

**CAN CAROL**  
CASAL DE BARRI DE VALLCARCA



- Cicles de cinema, xerrades, activitats

# CAMINAR-TE

**MARÇ 2024**  
CINEMA

**"HIENAS" DE MAMBÉTY AMB TOP MANTA**  
Dijous 7 a les 18:30h  
Col·loqui amb Top Manta i Javier Guerra de la Comissió d'Arts i Cultura

**"NO HAY CAMINO" VÍDEO-ASSAIG SOBRE CAMINAR**  
Dijous 14 a les 19h  
Col·loqui de les directores Albert Alcoz i Alexandra Laudo amb Javier Guerra

**"GERRY" DE GUS VAN SANT**  
Dijous 21 a les 19h  
Col·loqui amb la Comissió d'Arts i Cultura

Totels les sessions són amb entrada lliure fins a omplir aforament.  
Organització a càrrec de: Comissió d'Arts i Cultura

**CAN CAROL**  
CASAL DE BARRI DE VALLCARCA

# ASTRONOMIA A VKK

NITS D'OBSERVACIÓ ASTRONÒMICA  
UN DIVENDRES AL MES A CAN CAROL

**Divendres 19 de gener**  
**Divendres 16 de febrer**  
**Divendres 22 de març**  
De 20h a 21h

Organitza Nits de Ciència a VKK

**CAN CAROL**  
CASAL DE BARRI DE VALLCARCA

# TARDES DE CINEMA INFANTIL

DIVENDRES A LES 17:30h A CAN CAROL  
Entrada lliure fins a omplir aforament

**18/10 OINK, OINK**  
A partir de 3 anys

**08/11 EL GAT TABBY**  
A partir de 3 anys

**22/11 TONY, SHELLEY I LA LLANTERNA MÀGICA**  
A partir de 6 anys

Organitza: Comissió Famílies de Can Carol

**CAN CAROL**  
CASAL DE BARRI DE VALLCARCA

# COMPARTIM SALUT I BENESTAR

Cicle de xerrades i tallers per compartir eines i coneixements al voltant de la salut i benestar al veïnat.

**ABRIL XERRADES**  
Dijous 18 d'abril 18:30h  
**PROTEGEIX-TE DE LES NOTÍCIES FALSES**  
A càrrec de Verifika

Dijous 25 d'abril 18:30h  
**FLORS DE BACH**  
A càrrec de Montserrat Chacón

Xerrades amb entrada lliure fins a omplir aforament.

**MAIG TALLERS**  
Dijous del 2 al 23 de maig de 18h a 19:30h  
**GAUDIM D'UNA VIBELLESA ACTIVA**  
A càrrec de Àgata de Lora

Dimecres del 15 de maig al 5 de juny de 11h a 12h  
**RIEM I RECORDEM: TALLER DE MEMÒRIA**  
A càrrec de Inés Simons

Sense cost  
Inscripció necessària al casal o a [info@canCarol.cat](mailto:info@canCarol.cat)

Organitzat per la Comissió Salut

**CAN CAROL**  
CASAL DE BARRI DE VALLCARCA

- Exposicions

# Pintem Junta

Lino Albo i la Galeria 8manos  
Exposició del 5 al 26 de juliol

**Divendres 5 de Juliol**  
Casal de Barri Can Carol

17:00h Taller de dibuix en família  
Inscripció a [canCarol.cat/taller](mailto:canCarol.cat/taller)  
19:00h Inauguració exposició

**CAN CAROL**  
CASAL DE BARRI DE VALLCARCA

23 de juliol de 2024, 11:00h  
Ver traducción

**PINTEM JUNTS**  
AQUEST DIMECRES!

DE @LINO ALBO AMB @GALERIA8MANOS @ANA FFUSTER

Actividad Compartir Destacar Más

11 de abril de 2024, 12:09  
Ver traducción

A partir d'aquesta tarda i fins al 30 d'abril teniu l'opunitat de tornar a visitar:

**EXPOSICIÓ DIACRONIES: ABANS I ARA DEL PONT VALLCARCA**  
DE L'11 AL 30 D'ABRIL  
INAUGURACIÓ: DIJOUS 11 D'ABRIL A LES 18.30H  
AL @CCEL.COLL.BRUGUERA

Exposició creada per la Comissió d'Arts i Cultura de Can Carol i el fotògraf @ivanbassols

Actividad Compartir Destacar Más

# EL COMERÇ DEL BARRI: UNA MIRADA JOVE I CREATIVA

**coll gmt!**  
del Coll de Bruguera

# STREET ART

ESCOLES I COMERÇOS  
15OCT - 5NOV

Actividad Compartir Destacar Más

BARCELONA NETINA

Dissabte 9 de novembre a les 13.30 h

Vallcarca a través dels ulls de la casa d'acollida BACstation Vallcarca  
Exposició fotogràfica

Els joves acollits a la BACstation Vallcarca prenen la càmera per capturar l'essència del barri i de la casa que han convertit en la nova llar a Barcelona, mostrant la seva visió personal sobre el procés d'arrelament i comunitat.

Casal de Barri Can Carol (Vallcarca)

**CAN CAROL**  
CASAL DE BARRI DE VALLCARCA

Actividad Compartir Destacar Más



## - Casal Comunitari

