

**Casal de Barri
Can Carol**

Programació de tardor

Octubre - Desembre
2025

TALLER
DE CUINA

 **CAN
CAROL**
CASAL DE BARRI DE VALLCARCA



Ajuntament de
Barcelona

Districte de
Gràcia

Casal de Barri Can Carol

Can Carol és el casal de barri de Vallcarca. Un equipament municipal de gestió comunitària que funciona gràcies a la participació veïnal. Un espai on poder gaudir del caliu del nostre barri-poble i des

d'on poder participar de les nombroses propostes culturals que s'hi programen a través de les diferents comissions.

Federació d'Entitats Amigues de Can Carol i Consolat

Aquesta tasca cultural i comunitària s'articula a través del projecte de gestió cívica redactat per la Federació d'Entitats Amigues de Can Carol i Consolat; la FEACCC.

Federació que ha guanyat els successius concursos de gestió cívica del Casal de Barri oferits pel Districte de Gràcia des del 2020 i que actualment té un conveni signat que l'acredita com entitat gestora d'aquest espai fins al desembre de 2026.

Des de l'octubre de 2024 fins a l'abril 2025, també ha gestionat la programació del nou espai cultural municipal veí, l'Espai Canals Junyer (el Consolat).

Engloba les següents entitats:

- Associació de Festes Majors Alternatives de Vallcarca
- A.F.A Escola Montseny
- A.F.A Escola Farigola
- A.F.A Institut Vallcarca
- Associació Veïnal Som Barri
- Cooperativa d'habitatge de Vallcarca Ruderal
- Voltes Cooperativa d'Arquitectura
- Associació Observatori Actiu de Vallcarca

PODEU AMPLIAR TOTES AQUESTES INFORMACIONS, A LA NOSTRA PÀGINA WEB WWW.CANCAROL.CAT O SEGUINT LA NOSTRA TRAJECTÒRIA A TRAVÉS DE LES XARXES SOCIALS @CBCANCAROL

LLEGENDA



Activitat a l'aire lliure



Activitat per més de 60 anys



Activitat gratuïta



Comissió d'Arts i Cultura



Comissió de Cuines



Comissió de Famílies



Comissió de Gènere i Cercle de dones



Comissió infants



Comissió de Salut



Comissió de Sostenibilitat



Equip tècnic



Espai Relacional



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



Des del Casal de Barri Can Carol donem l'enhorabona i els millors desitjos a la Núria, participant dels grups de Rumicub i Taitxí, pels seus 100 anys de vida!

Benvingudes al vostre casal de barri

Apunta't a la comissió que més t'agradi!

QUÈ FA CADA COMISSIÓ?

C. Arts i Cultura

Organitzem tallers vinculats a les arts i la cultura, concerts, espectacles, cicles de pel·lícules, exposicions, entre altres.

C. Cuines

Proposem i dinamitzem les sessions de Cuinem a Can Carol; en cada una d'elles tractem una temàtica culinària diferent.

C. Famílies

Oferim un espai de trobada semipresencial al casal per acompanyar-nos i gaudir d'un oci alternatiu amb les famílies i infants de Vallcarca.

C. Gènere

Mantenim viu el Protocol de prevenció i abordatge de violències masclistes del casal. Ens encarreguem de fer Punt Lila en els actes festius.

Cercle de dones

Som un espai no mixt de suport mutu, on parlem de temes personals i d'actualitat que ens travessen pel fet de ser dones.

C. Infants

Una nova generació d'infants de Vallcarca volem activar la comissió amb ganes, idees i creativitat per a noves propostes.

C. Salut

Coordinem i dinamitzem xerrades de salut, tallers per la gent gran i activitats vinculades a l'autoconeixement i benestar.

C. Sostenibilitat

Oferim càpsules formatives vinculades a l'ecologia, reciclatge i reducció de residus. Assessorem al casal sobre sostenibilitat per intentar sensibilitzar sobre el nostre impacte a l'entorn més proper i reduir-lo.

TENS GANES DE PARTICIPAR? ESCRIU A:
INFO@CANCAROL.CAT

Programació de tardor



OCTUBRE 2025

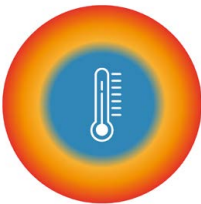
DIA	ESDEVENIMENT	HORARI	PÀGINA
DV 3	Inauguració Exposició Amares Azielos	19h	pàg.12
DS 4	Presentació Festival Districte Musical Jove 2025	18h	pàg.14
DS 11	Dibuixem al carrer! Taller d'iniciació a l'urban sketching	11h	pàg.11
DS 11	IN C de Terry Riley	18h	pàg.14
DC 15	Cuinem a Can Carol: Begudes vegetals	18h	pàg.16
DS 18	Taller de fanzine de barri: 1a sessió!	11h	pàg.11
DS 18	Mercat d'Intercanvi	11h	pàg.15
DJ 23	Aromateràpia de tardor	18h	pàg.17
DS 25	Discofòrum amb La Murga	12h	pàg.14
DS 25	Portes Obertes: Vine i suma a Can Carol!	11h	pàg.10
DS 25	48h Open House BCN: Festival d'arquitectura	15h	pàg.10
DM 28	Club de lectura	18:30h	pàg.18
DC 29	Cuinem a Can Carol: Llaunes	18h	pàg.16
Espai de joc: Tennis taula - De dilluns a dijous de 16h a 21h i dissabte d'11h a 14h i de 16h a 21h pàg.18			

NOVEMBRE 2025

DIA	ESDEVENIMENT	HORARI	PÀGINA
DS 8	4a Mostra fotogràfica projectada	12h	pàg.11
DS 8	Màscares amb ànima	17h	pàg.13
DC 12	Cuinem a Can Carol: Cuina de tardor	18h	pàg.16
DJ 13	Inauguració Exposició Fragments per a un món que es recompon	19h	pàg.12
DS 15	Punts de llibre originals i positius	11h	pàg.13
DC 19	Cinefòrum Tarnation	19h	pàg.12
DS 22	Discofòrum amb La Murga	12h	pàg.14
DM 25	Club de lectura	18:30h	pàg.18
DC 26	Cuinem a Can Carol: Cuina de luxe d'aprofitament	18h	pàg.16
DJ 27	El Rebot Poètic: L'art de viure i de riure	18h	pàg.12
DS 29	Taller de autoretrat	11h	pàg.13
Espai de joc: Tennis taula - De dilluns a dijous de 16h a 21h i dissabte d'11h a 14h i de 16h a 21h pàg.18			

DESEMBRE 2025

DIA	ESDEVENIMENT	HORARI	PÀGINA
DS 13	Discofòrum amb La Murga	12h	pàg.14
DC 17	Cuinem a Can Carol: Aperitius de Nadal	18h	pàg.16
Espai de joc: Tennis taula - De dilluns a dijous de 16h a 21h i dissabte d'11h a 14h i de 16h a 21h pàg.18			



Can Carol forma part de la
Xarxa de Refugis Climàtics de Barcelona

Què vol dir això? Que veïnes i veïns sempre trobareu al vostre casal un espai on poder refugiar-vos de la calor a l'estiu i del fred a l'hivern.

Us esperem a Can Carol amb un espai resguardat, climatitzat i agradable on passar l'estona.

PROGRAMACIÓ CULTURAL PER TEMÀTIQUES

PORTES OBERTES

- Portes Obertes: pàg.10
- Vine i suma a Can Carol
- 48h Open House pàg.10

ARTS I BARRI

- Dibuixem al carrer! pàg.11
- Taller de fanzine de barri pàg.11
- 4a Mostra Fotogràfica pàg.11

CICLE ART-TERÀPIA

- Exposicions: pàg.12
- Amars Azielos
- Fragments per a un món que es recompon
- Actes: pàg.12
- Cinefòrum *Tarnation*
- El Rebost Poètic
- Dissabtes Creatius: pàg.13
- Màscares amb ànima
- Punts de llibre originals i positius
- Taller d'autoretrat
- Grup Autogestionat: pàg.13
- Cre-Art Benestar

MÚSICA

- Presentació Districte Musical Jove pàg.14
- IN C de Terry Riley pàg.14
- Discofòrum amb La Murga pàg.14

FAMILIAR

- Mercat d'Intercanvi pàg.15
- Activitat Comissió Infants pàg.15

CUINA

- Cuinem a Can Carol pàg.16

SALUT I BENESTAR

- Aromateràpia de tardor pàg.17

ESPAIS AUTOGESTIONATS

- Espai de joc: Tennis taula pàg.18
- Aules d'estudi pàg.18
- Espai familiar i infantil pàg.18
- Cercle de dones pàg.18
- Grup de rumicub pàg.18
- Pràctiques obertes de Taitxí pàg.18
- Club de lectura pàg.18

PORTES OBERTES

PORTES OBERTES:
VINE I SUMA A CAN CAROL

Després de més de quatre anys de vida i de gestió comunitària, tornem a organitzar una sessió de Portes Obertes a Can Carol el pròxim dissabte 25 d'octubre de 2025.

Una jornada oberta a tot el veïnat que tingui curiositat per a conèixer el projecte del casal o interès en participar.

Tens ganes d'implicar-te en un projecte del barri i per al barri?

Vols conèixer les diferents comissions de veïnes?

Saps que pots decidir què vols que es programi al casal i gestionar el pressupost de les comissions?

**Conèix les comissions que donen vida al casal.
Vine, participa, decideix i gestiona tu també:
Vine i suma a Can Carol!**

**Dia: Dissabte 25 d'octubre
Horari: D'11h a 14h**



**Organització a càrrec de: Comissions de Can Carol,
FEACC i Espai Relacional**

48H
OPEN HOUSE

Aquest octubre **participem al 48h Open House BCN, el festival d'arquitectura que obre les portes d'edificis emblemàtics de la ciutat** per apropar l'arquitectura a tothom.

El dissabte 25 d'octubre de 15h a 19h **gaudirem de visites guiades gratuïtes a Can Carol** per posar en valor l'arquitectura de l'espai.

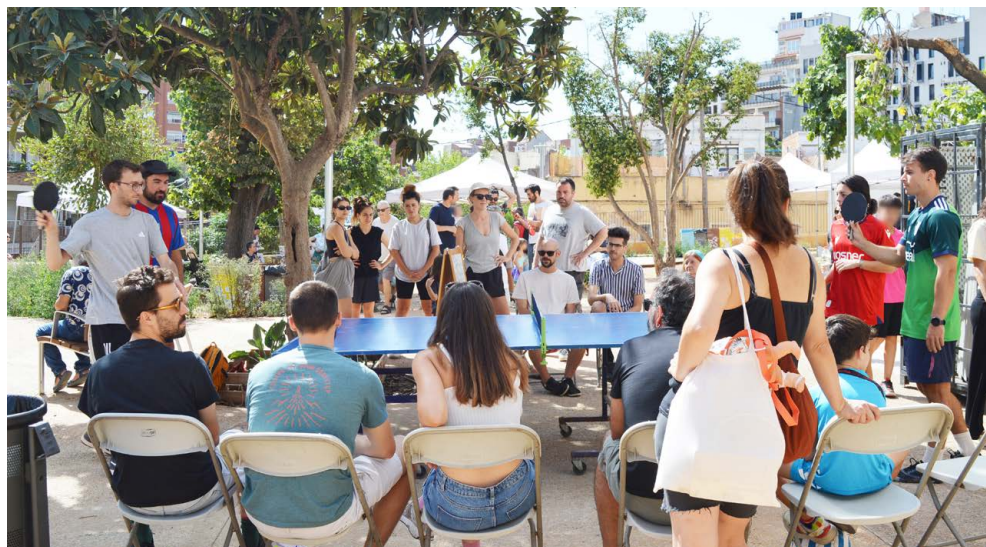
Una gran oportunitat per descobrir els espais singulars del barri des d'una perspectiva arquitectònica i entendre millor la ciutat que habitem.

**Més informació a:
www.48hopenhousebarcelona.org**

**Dia: Dissabte 25 d'octubre
Horari: De 15h a 19h**



Organització a càrrec de: 48h Open House Barcelona



Torneig de Tennis Taula per la Festa Major de Vallcarca, 2025
Fotografia de Júlia Lloveras

ARTS I BARRI

DIBUIXEM
AL CARRER!

TALLER D'INICIACIÓ A L'URBAN SKETCHING

En un món en el qual cada cop ho volem tot més immediat, aturar-se una estona al carrer a dibuixar és un acte de rebel·lia. En aquest taller d'introducció veurem els fonaments i les possibilitats de l'urban sketching, l'art de dibuixar al carrer.

Dia: Dissabte 11 d'octubre
Horari: D'11h a 13:30h
Cost: 5€



Taller a càrrec de: Joan León

INSCRIU-TE AL WEB

TALLER DE FANZINE
DE BARRI

Descobreix el món dels fanzines i crea el teu propi fanzine sobre Vallcarca. A partir de fotografies i altres recursos, aprendrem pas a pas com fer una maqueta en paper, inspirant-nos i aprenent d'exemples reals. Una activitat per a fer servir la creativitat com a eina d'expressió i transformació.

Un fanzine és una publicació autoeditada, artesanal i lliure que permet expressar i difondre idees de manera autònoma.

Dia: Dissabtes 18 d'octubre, 22 de novembre i 13 de desembre
Horari: D'11h a 14h
Cost: 15€ (3 sessions)

Taller a càrrec de: Comissió d'Arts i Cultura

INSCRIU-TE AL WEB

4a MOSTRA
FOTOGRAFICA

Participa de la 4a Mostra Fotogràfica de Can Carol!

Una exposició col·lectiva de fotografies de les veïnes del barri de Vallcarca. La mostra es farà el dissabte 8 de novembre de 12h a 13h mitjançant una projecció animada.

Vols participar-hi? Presenta la teva proposta del dilluns 29 de setembre al dilluns 27 d'octubre al correu cinejguerra@gmail.com

Com?

- **Prepara una sèrie fotogràfica** (10/15 fotos) amb temàtica o narrant una història.
- **Envia un arxiu de vídeo amb les fotos a mostrar al correu indicat.** Pot contenir àudio, música, sons diversos o ser silent.
- Aconsellem que les fotografies tinguin una **mida de 2048 px** (costat llarg de la imatge).
- **Fes-ho abans del 27 d'octubre!**

L'organització es reserva el dret de no programar contingut homòfob, racista, masclista o que agredeixi a qualsevol col·lectiu vulnerable.

Dia: Dissabte 8 de novembre
Horari: De 12h a 13h



Organització a càrrec de: Comissió d'Arts i Cultura

CICLE ART-TERÀPIA

EXPOSICIONS

AMARES AZIELOS



Descobrim Amares Azielos, un projecte de fotografia experimental i col·laborativa amb joves del Centre Penitenciari de Joves de la Roca del Vallès.

Fruit d'una iniciativa artística terrassenca, un grup de joves —17 d'ells interns— han treballat conjuntament amb cinc fotògrafes emergents per crear una sèrie de cianotípies. Aquesta tècnica del segle XIX, que utilitza la llum solar per revelar imatges d'un intens color blau, es converteix aquí en una eina d'expressió col·lectiva.

La inauguració comptarà amb les veus de voluntàries, la coordinadora del projecte Carol Priego i de la fotògrafa Marta Ruiz, veïna de Vallcarca. Una oportunitat per conèixer de prop un procés artístic que uneix creativitat i comunitat.

Inauguració: Divendres 3 d'octubre a les 19h

Exposició: Del 3 d'octubre al 8 de novembre de 2025 en horari d'obertura.

Exposició a càrrec de: Amares Azielos

Organització a càrrec de: Comissió d'Arts i Cultura



FRAGMENTS PER A UN MÓN QUE ES RECONPON



Fragments per a un món que es reconpon, reuneix una sèrie de collages analògics nascuts de l'impuls per explorar sense un mapa previ.

Cada imatge és el resultat d'una cerca intuïtiva, sense formació acadèmica artística ni regles imposades.

La tècnica del collage es converteix així en un llenguatge propi, obert, imperfecte, on conviuen el simbòlic, el quotidià i l'oníric.

L'exposició revela una varietat d'estils que emergeixen naturalment d'aquest procés lliure, on l'error també té cabuda.

Inauguració: Dijous 13 de novembre a les 19h

Exposició: Del 13 de novembre al 19 de desembre de 2025 en horari d'obertura.

Exposició a càrrec de: Mar Tubio

Organització a càrrec de: Espai Relacional



ACTES

CINEFÒRUM TARNATION



En el marc del cicle d'art-teràpia, us convidem al cinefòrum de **Tarnation (2004)**, de **Jonathan Caouette**.

Aquest documental autobiogràfic retrata la joventut de l'autor i la relació amb la seva mare amb problemes de salut mental en una família desestructurada.

A partir d'aquesta història, el cinefòrum ens obrirà a reflexionar sobre la memòria personal, la salut mental, els vincles familiars i el paper de l'art.

Data: Dimecres 19 de novembre

Horari: 19h a 21h

Organització a càrrec de: Comissió d'Arts i Cultura



EL REBOST POÈTIC



Una tarda per a compartir poesia oberta a tothom que vulgui venir a veure i recitar. Amb la clàssica **Roda de poemes**, el recital de poesia obert a tothom que desitgi recitar poesies de diversos autors escollits o bé els seus propis poemes.

La temàtica d'aquesta trobada serà l'art de viure i de riure. Gaudirem de poesia alegre, música i un audiovisual.

Data: Dijous 27 de novembre

Horari: 18h a 20h

Organització a càrrec del veí Jaume Vaqué i la Rosa Ma. Esteller de la Comissió d'Arts i Cultura



CICLE ART-TERÀPIA

DISSABTES CREATIUS

MÀSCARES AMB ÀNIMA

Un viatge creatiu cap als teus personatges interiors.

Un taller vivencial amb Teatre Impuls on crearàs la teva pròpia màscara i exploraràs el teu món interior a través de l'art i el teatre. Explorarem les nostres parts visibles i invisibles, com sentim i com ens mostrem, treballant l'autoconeixement a través de l'expressió artística.

Dia: Dissabte 8 de novembre

Horari: De 17h a 20h

Cost: 5€

INSCRIU-TE

Taller a càrrec de: **Adriana Terraza**

PUNTS DE LLIBRE ORIGINALS I POSITIUS

En aquest taller aprendrem a crear punts de llibre únics combinant creativitat i missatges positius. Una proposta per deixar volar la imaginació i alegrar les nostres lectures.

Dia: Dissabte 15 de novembre

Horari: D'11h a 14h

Cost: 5€

INSCRIU-TE

Taller a càrrec de: **Soledat Gascó**

TALLER D'AUTORETRAT

Un taller per explorar la creativitat personal a través de l'autoretrat fotogràfic. Aprendrem a alliberar, reflectir i connectar amb les emocions a través del retrat, a utilitzar tècniques bàsiques de fotografia i a compartir les imatges en dinàmiques col·lectives que ens ajudaran a interpretar-les i comprendre-les millor.

Dia: Dissabte 29 de novembre

Horari: D'11h a 14h

Cost: 5€

INSCRIU-TE

Taller a càrrec de: **Laura Calonge**

Organització a càrrec de: **Comissió d'Arts i Cultura**

GRUP AUTOGESTIONAT

CRE-ART BENESTAR: MATINS DE BENESTAR



Redescobrim i reconnectem amb el benestar i la salut a través de l'art i les seves diferents formes.

Combinarem diferents tècniques de salut i creativitat per fomentar el benestar.

Un espai dinamitzat per Joana Cayuela, infermera de professió ara jubilada i membre la Comissió de Salut de Can Carol des dels seus inicis. Al llarg de la seva vida s'ha format com a professora de ioga i en diferents tècniques que aporten benestar i salut. Ara posa a disposició del veïnat aquest espai per redescobrir i reconnectar amb el benestar i la salut a través de l'art.

Un matí de benestar obert a tothom que vulgui explorar noves maneres de cuidar-se i sentir-se millor.

Dia: Dimarts quinzenalment.

14 i 28 d'octubre, 11 i 25 de novembre, 9 de desembre

Horari: D'11h a 12h

Sense cost.

Dinamització a càrrec de: Joana Cayuela
de la Comissió Salut de Can Carol



INSCRIPCIONS A: info@cancarol.cat

MÚSICA

PRESENTACIÓ DISTRICTE MUSICAL JOVE 2025



Presentació del festival de música emergent jove del Districte de Gràcia amb els concerts de Nina Barceló i The 4 stars.

Districte Musical Jove (DMJ) és un projecte anual coorganitzat pel Casal de Joves del Coll, els Bucs de La Sedeta i l'Espai Jove La Fontana que pretén promoure i donar suport a la creació musical entre el jove de Gràcia a través del festival, espai de concerts i formacions.

Dia: Dissabte 4 d'octubre
Horari: 18h



Organització a càrrec de: Casal de Joves del Coll, Bucs de La Sedeta, Espai Jove La Fontana i Casal de Barri Can Carol

IN C DE TERRY RILEY



Usted es un Colectivo presenta (altra vegada!), la interpretació d'aquesta peça inaugural del minimalisme musical nord-americà.

In C trenca amb l'elitisme de la música contemporània del seu temps i obre la porta a una **experiència sonora més vital i col·lectiva**. Sense director i amb total llibertat interpretativa, cada versió és diferent i incorpora influències del jazz, el rock i les músiques orientals. La repetició genera un ambient hipnòtic i contemplatiu que transforma tant el públic com els músics en protagonistes d'un viatge sonor compartit.

Aquest concert és resultat d'un intercanvi entre Usted es un Colectivo i Can Carol, amb el suport tècnic de Gràcia Territori Sonor.

Pre-LEM, Encontre internacional de música experimental organitzat per Gràcia Territori Sonor.

Dia: Dissabte 11 d'octubre
Horari: De 18h a 21h



Organització a càrrec de: Usted es un Colectivo i Gràcia Territori Sonor

DISCOFÒRUM AMB LA MURGA



El discofòrum és un espai per escoltar i comentar música en grup. La idea principal és compartir música des del coneixement que qualsevol té i no la de proposar una trobada d'experts ni de recomanacions.

Vuit de les persones participants, que poden ser diferents en cada sessió, presenten una música cadascuna i la resta les comentem amb llibertat, cadascú des dels seus gustos, idees, curiositats i vivències. Es pot venir a posar música i conversar o només a conversar i escoltar.

Per participar cal enviar un correu a:
info@discoforum.xyz



Dia: Dissabtes 25 d'octubre, 22 de novembre i 13 de desembre
Horari: De 12h a 14h

Organització a càrrec de: La Murga



Concert de Festa Major amb Salsona, 2025
Fotografia de Júlia Lloveras

FAMILIAR

MERCAT
D'INTERCANVI

Comencem el curs intercanviant amb les veïnes per a reutilitzar i donar una segona vida a allò que ja no necessitem!

Al Mercat d'Intercanvi de segona mà intercanviem entre veïnes i veïns: Material escolar, roba, joguines, plantes, llibres... Fomentem un consum responsable. Si tens objectes a intercanviar, reserva la teva taula!

Recorda:

- Només s'acceptaran articles en bon estat.
- En acabar el mercat, t'has de fer responsable de tot el que hagi portat.
- El casal no es quedarà els objectes que no s'hagin intercanviat.

Reserva la teva taula a:

info@cancarol.cat

Dia: Dissabte 18 d'octubre

Horari: D'11h a 13h



Organització a càrrec de: Comissió Famílies

ACTIVITAT
COMISSIÓ INFANTS

La nova Comissió Infants organitza la seva segona activitat. Curioses per saber quina serà? Atentes a les novetats. Us hi esperem!

Dia: Un divendres de tardor a confirmar

Horari: 18:30h



Organització a càrrec de: Comissió Infants



Mercat d'Intercanvi organitzat per la Comissió Famílies, 2025
Fotografia de Júlia Lloveras

CUINA

CUINEM
A CAN CAROL

La Comissió de Cuines ens porta una altra edició de Cuinem a Can Carol, sessions de cuina comunitària de diverses temàtiques on aprofundim en el món de la gastronomia cuinant plegades. Compartint eines per aconseguir una alimentació saludable, sostenible, de proximitat, bona i atractiva. Les sessions consisten d'una mostra culinària i un tast final.

Begudes vegetals

Dimecres 15 d'octubre de 18h a 20h

Aprenem a fer begudes vegetals a casa i com les podem aplicar a la cuina!

Llaunes: Segona oportunitat!

Dimecres 29 d'octubre de 18h a 20h

Tens llaunes al rebost des de fa mesos (o anys!) que no saps com utilitzar? Ja n'has obert una i se t'ha quedat a mitges? Vine i descobreix idees per a aprofitar-les.

Cuina de tardor

Dimecres 12 de novembre de 18h a 20h

Gaudim dels aliments que ens dona la tardor: cuinarem amb productes que només aconseguim aquesta època de l'any.

Cuina de luxe d'aprofitament

Dimecres 26 de novembre de 18h a 20h

Cuinarem un dinar de luxe amb restes d'altres àpats.

Aperitius de Nadal,

amb receptes de cuina tradicional

Dimecres 17 de desembre de 18h a 20h

Cuinarem plats tradicionals de Nadal en versió d'aperitiu.

Sense cost

*Es repartiran els costos dels aliments entre les assistents.

Organització a càrrec de: Comissió Cuines

INSCRIU-TE AL WEB



Comissió Cuines de Can Carol, 2025
Fotografia de Júlia Lloveras

SALUT I BENESTAR

AROMATERÀPIA DE TARDOR



Respira, equilibra i protegeix

Descobrirem com els olis essencials poden ajudar-nos a protegir-nos dels refredats, revitalitzar-nos i mantenir l'equilibri emocional davant el fred i els canvis de temporada.

Aprendrem a utilitzar-los de manera segura i científica, creant productes que ens permetran cuidar-nos durant aquests mesos freds.

Elaborarem 3 productes especials i diferents que t'emportaràs a casa:

- Roll on rescat respiratori
- Esprai corporal
- Sals de dutxa

Dia: Dijous 23 d'octubre

Horari: De 18h a 19:30h

Cost: 5€

Taller a càrrec de: Natàlia Figuerola

Organització a càrrec de: Comissió Salut

INSCRIU-TE AL WEB



Comissió Salut de Can Carol, 2025
Fotografia de Júlia Lloveras

ESPAIS PERMANENTS I AUTOGESTIONATS



ESPAI DE JOC: TENIS TAULA

El casal posa a disposició del veïnat una taula de tennis taula, pales i pilotes per amenitzar les tardes i dissabtes. Vine a compartir estones de joc amb altres veïns i veïnes al porxo de Can Carol!

Demana les pales i pilotes al punt d'informació!

De dilluns a dijous de 16h a 21h
Dissabtes d'11h a 14h i de 16h a 21h



AULES D'ESTUDI

Estàs estudiant i no tens lloc a casa, la biblioteca està plena o tens obres al costat de l'habitació? Vine en horari d'obertura del casal o truca per preguntar si tenim disponibilitat de sales i gaudeix d'un espai tranquil, amb bona climatització i internet.



Horari d'obertura:

DL 16-21h / DM a DV 10-13h i 16-21h / DS 11-14h i 16-21h

ESPAI FAMILIAR I INFANTIL

Hi ha famílies que necessiten un espai de reunió, infants que tenen ganes de trobar-se per fer deures, un lloc tranquil al barri per llegir, escriure i compartir amb les veïnes. Per això, obrim una aula d'encontre, cures i acompanyament autogestionat pel veïnat.

Dia: de dilluns a divendres

Horari: 16h a 19h



Coordinat per la Comissió Famílies de Can Carol

CERCLE DE DONES



Som un espai no mixt de suport mutu, on parlem de temes personals i d'actualitat que ens travessen pel fet de ser dones. Vine i forma part d'un grup on teixir afinitats, compartir experiències i interessos!

Cada dijous de 19h a 20:30h (NOU DIA!)

Coordinat pel veïnat autoorganitzat.
INSCRIPCIONS A: info@cancarol.cat



GRUP DE RUMICUB

A Vallcarca hi ha diverses veïnes molt aficionades al rumicub i Can Carol ha posat a disposició una sala oberta per reunir-se i gaudir del joc de taula.

Si tu també ets un fan del rumi, no t'ho pensis dues vegades, vine al casal i afegeix-te al grup.

Cada dimarts de 10:30h a 13h

Coordinat pel veïnat autoorganitzat
INSCRIPCIONS A: info@cancarol.cat



CLUB DE LECTURA

Si t'agrada llegir, compartir les teves experiències després d'endinsar-te en una lectura o descobrir noves obres literàries, apunta't al nostre Club de Lectura.

Dia: Últim dimarts de cada mes

Horari: 18:30h a 20:30h

Coordinat per veïnat autoorganitzat
INSCRIPCIONS A: info@cancarol.cat



PRÀCTICA OBERTA DE TAITXÍ

Entenent la salut des de la comunitat, en Lluís Mir, metge de professió i veí, ha trobat a Can Carol un espai on compartir els seus coneixements de gimnàstica suau i relaxació amb les veïnes del barri. Vine a mantenir el cos en moviment a l'estiu en un ambient fresc i climatitzat.

Cada dijous de 12h a 13h

Coordinat per veïnat autoorganitzat
Sessions amb entrada lliure fins a omplir aforament



Portada: Inauguració exposició 08023, *Reclòs Actiu*, 2025

Programació de tardor: Grup de Rumicub, 2025

Contraportada: Mural del casal en recordatori de la joiera i veïna Aduara Nadeu, fet per Ana Fuster i Lino Albo, 2024

Fotografies de Júlia Lloveras.

“Els valors són els principis i l'estil que constitueixen la base sobre la qual s'estableix la cultura de l'organització i indiquen la manera de fer, d'actuar i de comportar-se”

Guia de Casals de Barri



FEMINISMES

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.



JUSTÍCIA SOCIAL

Apostem per la justícia social com a base per a garantir la igualtat d'oportunitats amb principis ètics i solidaris. Incorporem aquesta perspectiva en el nostre projecte per tal de construir una societat més justa i digna, alhora que esdevenir un espai d'acollida i trobada on la diversitat de persones i cultures que conformen el nostre barri s'hi sentin representades.



SOSTENIBILITAT

Apostem per un projecte sostenible i 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 de l'entorn on ens trobem.



AUTOGESTIÓ

Donem valor a les dinàmiques d'autogestió que caracteritzen el barri de Vallcarca. Pretenem que Can Carol sigui un espai més on puguin desenvolupar-se els projectes socio-culturals del barri organitzats pel teixit social existent. Una xarxa viva que genera activitats culturals que mantenen el barri en peu. Volem acollir, mantenir i fomentar l'autogestió.



MEMÒRIA HISTÒRICA

Vallcarca està sent transformada per l'especulació immobiliària i l'arribada de veïnes noves ja és una realitat. Creiem de vital importància que Can Carol sigui un espai de referència per mantenir viva la memòria històrica del barri.

ADREÇA

C/ Cambriis 26 - 28, 08023 Barcelona
Barri de Vallcarca

Telf: 937 066 446

Correu: info@cancarol.cat

Web: cancarol.cat

IG: @cbcancarol

Telegram: Casal de Barri - Can Carol

HORARIS D'OBERTURA

DILLUNS: 16-21h

DE DIMARTS A DIVENDRES: 10-13h i 16-21h

DISSABTE: 11-14h i 16-21h

DIUMENGE: TANCAT



Ajuntament de
Barcelona

Districte de
Gràcia