

**Casal de Barri
Can Carol**

Programació d'hivern

**Gener - Març
2026**



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

LLEGGENDA



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



Comissió Programació

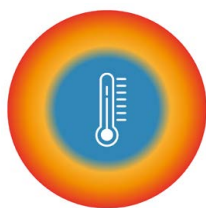


Espai Relacional



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

Benvingudes al vostre casal de barri



**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.***

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. 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. Assesorem 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 d'hivern



GENER 2026

DIA	ESDEVENIMENT	HORARI	PÀGINA
DV 9	Mar i Cel: Cicle de xerrades científiques	20h	pàg.14
DM 13	Cre-Art Benestar: Primera sessió del trimestre	11h	pàg.15
DV 16	Tardes de cinema infantil: La mama és pura pluja	17:30h	pàg.10
DS 17	Vermut Musical amb THE WARMERS	12h	pàg.13
DC 21	Cuinem a Can Carol: Les patates	18h	pàg.16
DS 24	Discofòrum amb La Murga	12h	pàg.13
DC 28	Cuinem a Can Carol: Verdures oblidades	18h	pàg.16
DV 30	Contacontes per Palestina	17:30h	pàg.10
DV 30	Free Gaza: Estampació contra el genocidi	18:30h	pàg.11
Espai de joc: Tennis taula - De dilluns a dijous de 16h a 21h i dissabtes en horari d'obertura			pàg.18

FEBRER 2026

DIA	ESDEVENIMENT	HORARI	PÀGINA
DM 3	Maquilla't per Carnaval: Taller de maquillatge drag	17:30h	pàg.11
DM 3	Inici taller d'Intervenció manual sobre fotografia personal	18:30h	pàg.11
DJ 5	El Rebot Poètic	18h	pàg.12
DJ 5	Exposició Racons, llocs i indrets del Coll - Vallcarca	Horari obertura	pàg.12
DJ 5	Benvinguda al Cercle de Dones	18h	pàg.10
DC 11	Cuida't, Cuina't: Postres Saludables	18:30h	pàg.16
DS 14	Vermut Musical amb Chasing Notes deTrio	12:30h	pàg.13
DC 18	Cuinem a Can Carol: Les mongetes	18h	pàg.16
DJ 19	Projecció Els Simiots. Els homes salvatges dels Pirineus	19h	pàg.12
DV 20	Tardes de cinema infantil: La fada de les estacions	17:30h	pàg.10
DS 21	Discofòrum amb La Murga	12h	pàg.13
DC 25	Cuinem a Can Carol: Cuina de Quaresma	18h	pàg.16
DJ 26	Projecció L'Operació Trencadís	19h	pàg.12
DV 27	Mar i Cel: Cicle de xerrades científiques	20h	pàg.14
DS 28	Passejada al Parc de la Creueta: El bosc invisible	11:30h	pàg.14
DS 28	Exposició El bosc invisible: El Parc de la Creueta	Horari obertura	pàg.14

MARÇ 2026

DIA	ESDEVENIMENT	HORARI	PÀGINA
DS 7	Crea la teva pancarta pel 8M	D'11h a 13h	pàg.10
DC 11	Cuinem a Can Carol: Begudes vegetals	18h	pàg.16
DV 13	Tardes de cinema infantil: La revolta dels contes	17:30h	pàg.10
DS 14	VKK VIU: 11h a 13h Mercat d'intercanvi 11h Taller de danses populars irlandeses 12:30h Vermut Musical amb Pamel·le Debruit	D'11h a 14:30h	pàg.17
DJ 19	Cuida't, Cuina't: La microbiota	18:30h	pàg.15
DS 21	Discofòrum amb La Murga	12h	pàg.13
DC 25	Cuinem a Can Carol: La carxofa	18h	pàg.16
Espai de joc: Tennis taula - De dilluns a dijous de 16h a 21h i dissabtes en horari d'obertura			pàg.18

PROGRAMACIÓ CULTURAL PER TEMÀTIQUES

INFANTIL I FAMILIAR

- Tardes de Cinema Infantil pàg.10
- Contacontes per Palestina pàg.10

CIÈNCIA I SOSTENIBILITAT

- Mar i Cel pàg.14
- Exposició El bosc invisible pàg.14
- Passejada al Parc de la Creueta pàg.14

FEMINISMES

- Benvinguda al Cercle de Dones pàg.10
- Crea la teva pancarta pel 8M pàg.10

SALUT I BENESTAR

- Cuida't, Cuina't pàg.15
- Cre-Art Benestar pàg.15

ARTS I CULTURA

- Free Gaza pàg.11
- Maquilla't per carnaval pàg.11
- Intervenció manual sobre fotografia personal pàg.11
- Exposició Racons, llocs i indrets del Coll - Vallcarca pàg.12
- El Rebost Poètic pàg.12
- Projectió Els Simiots pàg.12
- Projectió L'Operació Trencadís pàg.12

CUINA

- Cuinem a Can Carol pàg.16

JORNADA VKK VIU

- Mercat d'intercanvi pàg.17
- Taller de danses populars irlandeses pàg.17
- Vermut Musical pàg.17

MÚSICA

- Vermuts Musicals pàg.13
- Discofòrum pàg.13

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

INFANTIL I FAMILIAR

TARDES DE
CINEMA INFANTIL

Arriba el fred i amb ell les tardes de divendres de cinema infantil a Can Carol, per donar escalf a la mainada i famílies de Vallcarca. Aquest trimestre ens espera:

La mama és pura pluja**Divendres 16 de gener a les 17:30h***A partir de 6 anys.*

Sessió amb dues boniques històries plenes de màgia i tendresa que aborden la gestió de les emocions de les més petites.

La fada de les estacions**Divendres 20 de febrer a les 17:30h***A partir de 4 anys.*

A través de tres històries diferents amb moments màgics i divertits, descobrirem la importància de l'esforç i la constància per aconseguir el que ens proposem.

La revolta dels contes**Divendres 13 de març a les 17:30h***A partir de 7 anys.*

Adaptació del conte de Roald Dahl, Revolting Rhymes. De manera enginyosa i políticament incorrecte recupera els relats clàssics per a donar-los la volta.

Entrada lliure fins a omplir aforament.**Organització a càrrec de:** Comissió FamíliesCONTACONTES
PER PALESTINA

Contacontes familiar per a totes les edats solidari amb Palestina. Una estona per escoltar i compartir contes i històries.

L'activitat és també un gest de suport i sensibilització, apropant realitats llunyanes a petits i grans.

Tot seguit ens podrem unir a l'activitat d'estampació de pancartes Free Gaza (pàgina 11).

Dia: Divendres 30 de gener**Horari: De 17:30h a 19h****Organització a càrrec de:** Comissió Famílies**Amb la col·laboració de:** Aid for Gaza

FEMINISMES

BENVINGUDA AL
CERCLE DE DONES

El Cercle de Dones de Can Carol és espai no mixt de suport mutu, on parlar de temes personals i d'actualitat que ens travessen pel fet de ser dones.

Tens ganes i curiositat per participar-hi? T'esperem el dijous 5 de febrer, en una sessió especial de benvinguda. Ens coneixerem, xerrarem i més!

Vine i forma part d'un grup on teixir afinitats, compartir experiències i interessos!

Dia: Dijous 5 de febrer**Horari: 18h****Organització a càrrec de:****Cercle de Dones de Can Carol**CREA LA TEVA
PANCARTA PEL 8M

Ens preparem juntes pel 8M! Taller de pancartes per a les manifestacions del 8M: Dia de les dones treballadores. Crearem pancartes de tots colors amb missatges feministes per a remoure consciències! T'hi esperem.

Dia: Dissabte 7 de març**Horari: D'11h a 13h****Sense cost.****Organització a càrrec de:** Comissió d'Arts i Cultura

INSCRIU-TE AL WEB

ARTS I CULTURA

FREE GAZA:
ESTAMPEM PANCARTES

Estampació de pancartes solidàries amb Palestina i contra el genocidi. Amb l'ajuda de rodets i pintura crearem pancartes amb el lema "Free Gaza".

Dia: Divendres 30 de gener
Horari: De 18:30h a 19:30h



Organització a càrrec de: Comissió d'Arts i Cultura

MAQUILLA'T
PER CARNAVAL

TALLER DE MAQUILLATGE DRAG

Prepara't pel Carnaval amb aquest taller de maquillatge drag a càrrec de Plaer de MeVida, nascuda de la unió entre la natura i la indústria, i Mar Tiri.

Taller a càrrec de: Plaer de MeVida i Mar Tiri

Dia: Dimarts 3 de febrer
Horari: De 17:30h a 20h
Sense cost.

INSCRIU-TE AL WEB

Organització a càrrec de:
Assemblea de Joves de Vallcarca

INTERVENCIÓ
MANUAL SOBRE
FOTOGRAFIA PERSONAL

En aquest taller treballem amb la fotografia i la seva manipulació com a recurs per explorar i expressar allò que ens mou: vivències, memòries, emocions...

A través de fotografies vinculades amb la nostra història personal (retrats, llocs, objectes significatius) realitzarem un procés manual d'intervenció creativa, intuïtiva i lliure: pintarem, escriurem, retallarem, superposarem, i més!

Taller a càrrec de: Héctor Mediavilla

Dia: Dimarts 3, 10 i 17 de febrer
Horari: De 18:30h a 21h
Cost: 15€ (3 sessions)

Organització a càrrec de: Comissió d'Arts i Cultura

INSCRIU-TE AL WEB



Mostra d'Artesanes de Proximitat, Festa Major de Vallcarca a Can Carol 2025
Fotografia de Júlia Lloveras

ARTS I CULTURA

EXPOSICIÓ
RACONS, LLOCS I INDRETS
DEL COLL - VALLCARCA

Records, nostàlgies i visions amb amor, llapis, tinta i paper.

Recull de dibuixos de cases, llocs i edificis seguint un itinerari que ens portarà des del Coll fins a Lesseps. Descobrirem el patrimoni arquitectònic del barri a través de les il·lustracions de Josep Callejón, president del Grup d'Estudis El Coll - Vallcarca i il·lustrador vinyetista.

Inauguració:

Dijous 5 de febrer 18h Entrevista 20h Visita exposició

Exposició:

Del 5 al 25 de febrer en horari d'obertura

**Exposició a càrrec de: Josep Callejón
del Grup d'Estudis El Coll - Vallcarca**

EL REBOST
POÈTIC

En aquesta edició del Rebost Poètic ens endinsarem en el patrimoni històric del barri a través del dibuix. I tot seguit compartirem la popular Roda de Poetes.

Primera part – Entrevista a Josep Callejón

Entrevista a Josep Callejón, President del Grup d'Estudis El Coll - Vallcarca i il·lustrador vinyetista. Descobrirem la seva història i ens presentarà la seva exposició del casal "Racons, llocs i indrets del Coll - Vallcarca", que visitarem un cop acabi l'acte.

Segona part – Roda de poetes

Com sempre, la segona part es dedicarà a la poesia i animarem els assistents a recitar poemes propis o d'altres poetes. La Mariona ens cantarà acompanyada de la seva guitarra.

Data: Dijous 5 de febrer

Horari: 18h a 20h

Entrada lliure fins omplir l'aforament.



**Organització a càrrec de: Jaume Vaqué i Rosa M.
Esteller de la Comissió d'Arts i Cultura**

PROJECCIÓ
ELS SIMIOTS**ELS HOMES SALVATGES DELS PIRINEUS**

Les llegendes d'homes salvatges, com el leti de l'Himàlaia o el Bigfoot d'Amèrica, són presents a tot el món. Molt a prop de casa nostra, també. Els Simiots són els homes salvatges dels Pirineus.

Un documental de Jordi Busquets, Roger Galdón i Sergi Gómez. (2025, 30'). Una producció de Becaris del Misteri i Cultura Connectada.

Data: Dijous 19 de febrer

Horari: 19h a 20:30h

Entrada lliure fins omplir l'aforament.

PROJECCIÓ
L'OPERACIÓ TRENCADÍS**UN THRILLER ROCAMBOLESC DE LA SALUT**

L'Operació Trencadís és un thriller en clau de comèdia, rocambolesc apocalíptic inspirat en la retirada del bus del barri del Google Maps i que vol retratar la vida comunitària de la Salut i les seves reivindicacions.

Pel·lícula realitzada comunitàriament per veïnes del barri de La Salut amb Aedo Social Films. Una producció totalment escrita, interpretada, musicada i editada per un grup de 15 joves del barri i 74 veïnes i veïns, amb la participació de 12 entitats i espais del Pla Comunitari de La Salut.

Data: Dijous 26 de febrer

Horari: 19h a 21h

Entrada lliure fins omplir l'aforament.



**Organització a càrrec de: AEDO Social Films,
Pla Comunitari de la Salut i Comissió d'Arts i Cultura**

MÚSICA

VERMUTS
MUSICALS

El segon dissabte de cada mes gaudim d'un Vermut Musical a l'Espai Relacional de Can Carol per donar caliu als migdies de dissabte a Vallcarca.

Apunteu bé les dates:**Dissabte 17 de gener 12h: THE WARMERS**

Col·lectiu de selectores Km0 que ens portaran del soul al funk i del rocksteady al ska amb el vinil com a protagonista!

Dissabte 14 de febrer 12:30h: Chasing Notes deTrio

Trio vallcarquí que improvisa a través del jazz, bossa nova, latin i temes propis amb el piano, el contrabaix i la bateria.

Dissabte 14 de març 12:30h: Pamelle Debruit

Cantautora jove xilena que ens delectarà amb el seu repertori a la jornada VKK VIU 2026 (pàgina 17).

Organització a càrrec de: Espai Relacional

DISCOFÒRUM
AMB LA MURGA

El discòfòrum 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.xy

Dia: Dissabtes 24 de gener, 21 de febrer i 21 de març
Horari: De 12h a 14h
Sense cost.

Organització a càrrec de: La Murga



Fandango Jarocho, Trànsits, organitzat per L'Auditori - Museu de la Música i l'Oficina d'Afers Religiosos, 2025
Fotografia de Marta Ruiz

CIÈNCIA I SOSTENIBILITAT

MAR I CEL:
CICLE DE XERRADES

Aquest hivern ens endinsem en les profunditats de l'oceà i l'univers amb el cicle de xerrades científiques Mar i Cel.

En aquesta primera edició, comptarem amb dues sessions complementàries a càrrec d'en Rubén i en Martí, que proposen una aproximació divulgativa, accessible i crítica a dos grans àmbits de coneixement: l'astronomia i l'entorn marí.

Un cicle per aprendre, reflexionar i compartir, pensat per a tots els públics, en un ambient proper i de barri.

Divendres 9 de gener de 20h a 21h: El mar

Descobrim l'entorn marí posant el focus en la sostenibilitat des de l'educació ambiental amb en Martí.

Divendres 27 de febrer de 20h a 21h: El cel

Descobrim el cel, l'univers i els astres en una nova sessió d'Astronomia a VKK. Xerrada i observació astronòmica amb en Rubén.

Entrada lliure fins a omplir aforament.

EXPOSICIÓ
EL BOSC INVISIBLE**MOSTRA DE FOTOGRAFIA BOTÀNICA ANALÒGICA
DE LA FLORA DEL PARC DE LA CREUETA DEL COLL**

A través d'una mirada propera, descobrirem la vida que s'amaga als peus del bosc, allà on el temps passa a un altre ritme i la natura es manifesta en formes petites però essencials. Les fotografies, en format macro, capturen detalls sovint invisibles a primera vista i ens apropen a aquest bosc petit i desconegut.

El projecte aposta per la fotografia analògica com una manera d'aturar-se, observar i reconnectar amb el parc i el bosc des de la calma. Les imatges proposen una experiència contemplativa que convida a mirar de prop i amb atenció per redescobrir un entorn natural sovint oblidat dins la ciutat.

Inauguració: Dissabte 28 de febrer a les 11:30h
Inscriu-te a la presentació i passejada!

Exposició:
Del 28 de febrer al 28 de març en horari d'obertura.

Exposició a càrrec de:
Marc Ojosnegros Marín

PASSEJADA AL
PARC DE LA CREUETA

Presentarem l'exposició *El bosc invisible* al Casal de Barri Can Carol, una mostra de fotografia botànica analògica del Parc de la Creueta del Coll. Tot seguit farem una passejada des de Can Carol fins al Parc de la Creueta del Coll i allà ens endinsarem en la vegetació del parc i les curiositats de la flora mediterrània amb Marc Ojosnegros Marín.

Dia: Dissabte 28 de febrer
Horari: D'11:30h a 13:30h
Sense cost.



A càrrec de: Marc Ojosnegros Marín

INSCRIU-TE AL WEB



El Bosc Invisible
Fotografia de Marc Ojosnegros Marín

SALUT I BENESTAR

CUIDA'T,
CUINA'T

En aquest petit cicle, la Comissió Cuines i Salut, ens porten dues sessions en les quals unirem salut, alimentació i benestar. Una bona alimentació és crucial per al nostre benestar!

XERRADA I CUINA
POSTRES SALUDABLES

Dimecres 11 de febrer de 18:30h a 20:30h

Començarem amb una xerrada on coneixerem les claus per a fer postres més saludables i les diverses opcions existents per a substituir tant el sucre, com els làctics o el gluten. Aprendre com els hem de treballar per aconseguir uns resultats exquisits.

Tot seguit, elaborarem i degustarem una recepta.

Sense cost.

INSCRIU-TE AL WEB

XERRADA
LA MICROBIOTA:
LA NOSTRA ALIADA PER A UNA VIDA SALUDABLE

Dijous 19 de març de 18:30h a 20:30h

Descobrirem quines funcions essencials desenvolupa la microbiota en el nostre organisme i com ens hem d'alimentar per afavorir una microbiota sana i diversa.

Sense cost.

Entrada lliure fins a omplir aforament.

Sessions a càrrec de: Victòria Garcia Framis
Organització a càrrec de: Comissió Cuines i Salut

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.

13 i 27 de gener, 10 i 24 de febrer, 10 i 24 de març

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



Sessió de Cre-Art Benestar, 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.

Les patates, els tubercles per a tots els pressupostos

Dimecres 21 de gener de 18h a 20h

Les patates són una de les incorporacions modernes al receptari tradicional català. Explorarem les possibilitats d'aquest aliment tan bàsic!

Verdures oblidades

Dimecres 28 de gener de 18h a 20h

Cuinarem verdures que habitualment no utilitzem per a recuperar productes de proximitat ben bons.

Les varietats de mongeta locals

Dimecres 18 de febrer de 18h a 20h

Descobrirem i cuinarem algunes de les 44 varietats de mongetes locals de Catalunya.

Cuina de Quaresma

Dimecres 25 de febrer de 18h a 20h

La Quaresma es temps d'austeritat al plat. Descubrim els seus plats tradicionals lligats a la cultura popular.

Begudes vegetals

Dimecres 11 de març de 18h a 20h

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

La carxofa, molt més que una verdura

Dimecres 25 de març de 18h a 20h

Cuinarem les carxofes de diferents maneres, explorant les possibilitats de gaudir d'aquest ingredient tan versàtil! També revisarem les seves qualitats desintoxicants, antiinflamatòries, etc.

Sense cost

*Es repartiran els costos dels aliments entre les assistents.

Organització a càrrec de: Comissió Cuines

INSCRIU-TE AL WEB



Cuinem a Can Carol, última sessió del 2025
Fotografia de Júlia Lloveras

JORNADA VKK VIU

La jornada d'hivern VKK VIU torna per animar els mesos més freds al casal. Enguany us esperem el **dissabte 14 de març** en la tercera edició amb mercat d'intercanvi, taller de danses, música i caliu veïnal per gaudir i compartir amb les veïnes de Vallcarca a la Plaça Farigola.

Dia: Dissabte 14 de març

Horari: D'11h a 14:30h



MERCAT D'INTERCANVI



Mercat d'intercanvi familiar de segona mà per a reutilitzar i donar una segona vida al que ja no utilitzem! Intercanviem entre veïnes i veïns: Roba, joguines, plantes, llibres... Fomentem un consum responsable i repensem els excessos consumistes de les festes. 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 hagis portat.
- El casal no es quedarà els objectes que no s'hagin intercanviat.

Dissabte 14 de març d'11h a 13h

Reserva la teva taula a: info@cancarol.cat

Organització a càrrec de: Comissió Famílies

VERMUT MUSICAL AMB PAMELLE DEBRUIT

Cantautora jove xilena que ens delectarà amb el seu repertori.

Dissabte 14 de març a les 12:30h

Organització a càrrec de: Espai Relacional

TALLER DE DANSES POPULARS IRLANDESES

Aprenem els balls socials tradicionals irlandesos en un ambient festiu per a totes les edats amb Aires Celtaes! A part del taller, també gaudirem d'una exhibició per a poder absorbir la cultura tradicional irlandesa.

Vine a gaudir de la música i la cultura celta. Porta calçat còmode i ganes de passar-ho bé!

Taller a càrrec de: Aires Celtaes

Dissabte 14 de març d'11h a 12:30h

Organització a càrrec de: FEACCC

INSCRIU-TE AL WEB



ESPais PERMANENTS I AUTOGESTIONATS



ESPAI DE JOC: TENIS TAULA

El casal posa a disposició del veïnat una taula de tennis, 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 en horari d'obertura



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.



En horari d'obertura segons disponibilitat.

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 18h a 19:30h (NOU DIA I HORARI!!)

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

Entenen 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: Presentació de llibre a càrrec del Grup d'Estudis El Coll - Vallcarca, 2025

Programació d'hivern: Taller de fanzine de barri, 2025

Contraportada: L'hora del vermut un dissabte d'hivern a l'Espai Relacional de Can Carol, 2025

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/ Cambrils 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

DISSABTES D'HIVERN: 11-17h

DIUMENGE: TANCAT

