

PROGRAMACIÓ DESEMBRE 2025



ESPAI DE RECURSOS
PER A DONES, INNOVACIÓ
I ECONOMIA FEMINISTA

SUBSCRIU-TE AL NOSTRE BUTLLETÍ



Passeig de Llorenç Serra, 64
Santa Coloma de Gramenet
Tel. 93 4624092
la cibainfo@gramenet.cat



"NO HI HA JERARQUIA
D'OPRESSIONS. LA LLUITA PELS
DRETS DE LES DONES ÉS TAMBÉ
LA LLUITA PELS DRETS HUMANS."

Audre Lorde



EFEMÈRIDES

01 DE DESEMBRE:
DIA MUNDIAL DE LA SIDA

03 DE DESEMBRE:
DIA INTERNACIONAL DE LES PERSONES AMB DISCAPACITAT

10 DE DESEMBRE:
10/12: DIA DELS DRETS HUMANS



Per a moltes de les seves activitats La CIBA ofereix servei de canguratge.
Per tal de sol·licitar-lo envieu prèviament un correu electrònic a:
menudaciba@gramenet.cat

PROGRAMACIÓ DESEMBRE 2025

Dimarts, 2 de desembre

CONCENTRACIÓ DE DENÚNCIA DELS FEMINICIDIS I LES VIOLÈNCIES MASCLISTES

A les 20 hores. Plaça de la Vila.

Com cada primer dimarts de mes, tindrà lloc la concentració de denúncia de les violències masclistes i els feminicidis, per recordar i fer públics els noms de totes les dones assassinades durant l'últim mes.

Organitza: Dones per l'erradicació de tot tipus de violències.

Dimecres, 3 de desembre

INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL AMB ULLS DE DONA: ENTENDRE-LA, QÜESTIONAR-LA I APROFITAR-LA

A les 18.30 hores. La CIBA.

Suren Vázquez Maya, llicenciada en Història, amb un màster en Humanitats Digitals, ens parlarà sobre què és la intel·ligència artificial, quins usos té, com ens afecta com a dones i com podem interactuar-hi de manera segura.

Organitza: Àrtemis.

Dijous, 4 de desembre

2a JORNADA DE CONSTRUCCIÓ INDUSTRIALITZADA D'HABITATGE A LA REGIÓ METROPOLITANA DE BARCELONA

A les 9.30 hores. La CIBA.

L'objectiu de la jornada és presentar els diferents mecanismes de finançament disponibles i futurs per a l'ecosistema de la construcció industrialitzada a la regió metropolitana de Barcelona (RMB), i donar a conèixer als actors involucrats aquestes oportunitats de finançament perquè s'hi puguin presentar. També s'aspira a transmetre informació perquè la construcció industrialitzada pugui fer un salt d'escala a l'RMB.

Organitza: Pacte Industrial de la Regió Metropolitana de Barcelona i Pla Estratègic Metropolità de Barcelona (PEMB).

Dijous, 4 de desembre

25è ANIVERSARI DE LA CREACIÓ DE LA INSTITUCIÓ DEL DEFENSOR/A A SANTA COLOMA DE GRAMENET

A les 18 hores. Activitat presencial. La CIBA.

Es durà a terme l'acte de commemoració del 25è aniversari de la creació de la institució del defensor/a de Santa Coloma de Gramenet. La institució del defensor/a de la ciutadania va ser creada pel mateix ajuntament del municipi per promoure i assegurar el respecte i el compliment dels drets de les persones en totes les seves actuacions. Aquest mecanisme amplia les garanties que les normatives, els reglaments i les ordenances ja preveuen, i sobre les quals l'ajuntament ha de fonamentar i justificar sempre les seves decisions. Es tracta d'una aposta valenta de control i supervisió de les seves accions, que encarrega a una altra entitat sota un reglament perquè pugui actuar de forma autònoma i independent.

Organitza: Defensora de la Ciutadania de Santa Coloma de Gramenet.

Divendres, 5 de desembre

EXPOSICIÓ ITINERANT PAM_ODS. AGENDA 2030

A partir de les 17 hores. Activitat presencial. La CIBA.

Amb aquesta acció immersiva al carrer, es pretén conscienciar la població colomenca sobre l'Agenda 2030 i la necessitat de contribuir als objectius de desenvolupament sostenible. Així mateix, es vol visibilitzar la relació entre el nostre PAM i l'Agenda, i donar a conèixer el grau de compliment del Pla d'Acció a la meitat del mandat.

La mostra itinerant està composta per un estand informatiu amb un dinamitzador, un espai expositiu i una experiència de realitat virtual.

Organitza: Servei de Participació Ciutadana.

Dimarts, 9 de desembre

VISITA GUIADA A L'EXPOSICIÓ «EL FIL VERMELL»

A les 19 hores. La CIBA.

Exposició del 29 al 15 de desembre. La CIBA.

L'exposició «El fil vermell» forma part del projecte artístic amb el mateix nom. És una obra de l'activista Piliparra, amb textos de Sílvia Terol Ledesma.

La mostra compta amb les il·lustracions que apareixen al llibre, un dels relats i una breu descripció del Patronato de Protección a la Mujer. Les autores ens proposen un recorregut per les il·lustracions, una explicació de la tècnica emprada i una breu presentació d'aquesta institució que, refundada durant la dictadura, va internar milers de joves amb l'objectiu de reeducar-les segons el model franquista de dona.

Organitza: Equip El Fil Vermell.

Col·labora: La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista.

Dimecres, 10 de desembre

DIMECRES INSÒLITS: Conversa amb dones del món de l'escenografia i l'utilatge

LA CIBA INSÒLITA

A les 18 hores. Activitat presencial. La CIBA.

Continuem amb els Dimecres Insòlits! Neixen de la voluntat de convidar dones professionals en el món de la cultura, i en concret de les arts escèniques, en totes les seves disciplines.

Es volen posar en valor les seves feines i, alhora, donar eines a totes les dones, perquè, encara que no es dediquin a les arts escèniques, puguin obrir la mirada a noves perspectives i incorporar-les a la seva vida quotidiana o laboral.

En aquesta ocasió, parlarem de les disciplines necessàries per construir escenografies, utilatge i altres elements: fusteria, ferreria, pintura, treball amb teles, fibra de vidre o cartró... Molts d'aquests oficis tradicionalment han estat considerats d'homes, sobretot pel tipus d'eines emprades.

Organitza: Passatge Insòlit i La CIBA, espai per a dones, innovació i economia feminista.

Divendres, 12 de desembre

OBRA DE TEATRE MÉS ENLLÀ DELS LÍMITS. TOTHOM IMPORTA, TOTHOM APORTA

A les 18 hores. Activitat presencial. La CIBA.

Un esdeveniment ludicomusical obert a tota la ciutadania, que transforma la pluralitat en llum col·lectiva (música, joc i participació). En el marc dels actes pel Dia Internacional de les Persones amb Discapacitat Intel·lectual.

Inscripció: Aplicació Santa Coloma Connecta. No obligatòria.

Organitza: Fundació Aspanide.

Inscripció a:



Inscripció a:



Dissabte, 13 de desembre

EL GRAN QUINTO DE NADAL XXL

A les 17 hores. Activitat presencial. La CIBA.

Arriba aquest mes de desembre, com ja és tradició, el Gran Quinto de Nadal XXL amb més premis que mai. Minilots de Nadal per a cada participant i concert de fi de festa amb Generació Límite. Vine a jugar en grup o en família!

Activitat gratuïta, però és imprescindible inscriure's a través de l'aplicació Santa Coloma Connecta, o presencialment a l'ajuntament (per a la gent gran).

Inscripció a: APP CIUTAT.

Organitza: Pompeu Lab.

Inscripció a:



Dimarts, 16 de desembre

TROBADA DE REFLEXIÓ I DEBAT: COMUNICAR AMB CURA

A les 17.30 hores. Activitat presencial. La CIBA.

Trobada de reflexió i debat a partir de la presentació de la publicació *Comunicar amb cura, cuidar la vida*, de l'Observatori de les dones en els mitjans de comunicació.

L'objectiu d'aquesta activitat participativa és transformar la manera de representar i mirar els enfrontaments bèl·lics, mitjançant una perspectiva afí a la cultura de la pau i les aportacions de les dones com a expertes i/o protagonistes i com a agents de resistència, d'organització i de canvi. Un espai de diàleg en què es puguin compartir les aportacions de les dones en els processos de pau per posar de manifest que una altra cultura comunicativa és possible.

Inscripció a: APP CIUTAT.

Organitza: Observatori de les dones en els mitjans de comunicació.

Col·labora: La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista.

Inscripció a:



Dijous, 18 de desembre

EXPOSICIÓ ARTÍSTICA: L'ART DE CANVIAR EL MÓN. Una mirada adolescent i jove.

A les 17 h. Activitat presencial. La CIBA.

Aquesta activitat s'emmarca dins del projecte, Empoderades; centrat en la promoció de relacions sanes, igualitàries i lliures de violència masclista. Protagonitzada per adolescents i joves del Casal dels Infants.

Mitjançant obres plenes de força i reivindicació volem visibilitzar situacions reals de violència de gènere, relacions tòxiques i desigualtats que encara persisteixen en la nostra societat, per tal de sensibilitzar a la comunitat adolescent i jove, oferint un espai per mirar, escoltar i reflexionar. A través de l'art volem representar situacions quotidianes. Volem reivindicar els drets de les dones. L'art es converteix així en una eina poderosa per transmetre un missatge de respecte, igualtat i justícia social.

Aquesta Exposició Artística són una crida jove, valenta i creativa per transformar consciències i construir relacions més lliures, respectuoses i igualitàries.

Organitza: Casal dels Infants.

Dimarts, 23 de desembre

IV FUTSAL LEGENDS & WOMENS_ "VOCES QUE INSPIRAN"

A les 19 h. Activitat presencial. La CIBA

Espai de reflexió i opinió sobre el present i el futur del futbol sala i el futbol femení, en particular, i l'esport femení, en general, analitzant: Els desafiaments per a la seva professionalització, estratègies per augmentar la visibilitat i el suport institucional i la importància dels referents femenins a l'esport base.

Organitza: AE Whynot (Associació Esportiva Whynot).

Escola Abolicionista Internacional (EAI)

L'Escola Abolicionista Internacional (EAI) és un projecte de Feminicidio.net-La Sur i l'Ajuntament de Santa Coloma de Gramenet.

Amb la convicció que la prostitució és una forma de violència contra les dones i una vulneració dels drets humans incompatible amb la igualtat entre homes i dones, l'Escola Abolicionista Internacional té com a objectiu principal dotar de les eines teòriques i didàctiques necessàries per entendre i promoure eficaçment la proposta abolicionista en diferents països i contextos socioeconòmics del món.

En aquest lloc web, trobaràs webminars i seminaris en directe, cursos d'autoformació i de tutorització personalitzada al voltant de la prostitució i la pornografia.

Més informació: <https://escuelaabolicionistainternacional.geoviolenciasexual.com/>



TALLERS

Cada dilluns

GRUP DE DONES AMB FIBROMIÀLGIA

De 18 a 19 hores. La CIBA.

Aquest mes de desembre tenim preparada una petita experiència amb estiraments senzills per nosaltres i treballarem la respiració el dilluns 15.

I, el dilluns 22 farem un pica-pica per acomiadar l'any i passar una bona estona.

Us esperem amb tanta il·lusió com sempre.

També pots dirigir-te a nosaltres a través del nostre correu electrònic: gmsfntk@gmail.com

Organitza: Grup de Dones amb Fibromiàlgia

Cada dilluns

TEATRE DOCUMENTAL. DONA VEU

De 18 a 20 hores. Activitat presencial adreçada a dones adultes. La CIBA.

La CIBA proposa una nova edició del taller de teatre documental perquè les dones de la ciutat tinguin un espai segur on expressar-se i compartir experiències personals i col·lectives, mitjançant un treball creatiu. El teatre documental es basa en històries reals, testimonis i materials documentals; és un espai de creació lliure, empoderament i sororitat, on les veus de les dones seran les protagonistes. Així, es convertirà la realitat en una eina poderosa d'art i canvi social.

Es tracta d'un teatre de dones, fet per a dones, amb històries pròpies que parlen de la veritat, per contribuir a una societat més igualitària.

El taller començarà el pròxim 13 d'octubre i finalitzarà el 4 de juny amb la representació teatral.

A càrrec de: Queralt Riera, Pruna Arts Escèniques.

Organitza: La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista.

Inscripció a:



Cada dilluns

TEATRE DOCUMENTAL: ALÈ

De 16 a 17.30 hores. Activitat presencial adreçada a dones joves. La CIBA.

La CIBA obre les portes a Alè, un taller de teatre documental adreçat a dones joves d'entre 16 i 21 anys que vulguin explorar les seves històries personals, les memòries col·lectives i les realitats socials a través de les arts escèniques. A partir d'una metodologia participativa i creativa, el taller ofereix un espai d'escolta, expressió i creació col·lectiva, on la vida real es transforma en material teatral.

Al llarg del procés, les participants treballaran amb eines del teatre documental per convertir experiències pròpies i comunitàries en peces escèniques autèntiques, compromeses i amb una mirada crítica. Una oportunitat per donar veu a les noves generacions, compartir reflexions sobre el present i construir relats des de la vivència.

El taller començarà el pròxim 20 d'octubre i finalitzarà el 15 d'abril, amb la representació teatral prevista per al 16 d'abril.

càrrec de: Queralt Riera, Pruna Arts Escèniques.

Organitza: La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista.

Inscripció a:



Cada dimarts

GRUP DE DONES DEL CLUB SOCIAL GRAMENET

De 16.30 a 18 hores. La CIBA.

El grup de dones del Club Social Gramenet és un servei d'oci per a persones adultes amb problemàtiques de salut mental.

Organitza: Club Social Gramenet.

Cada dimecres

AULA OBERTA DE CONFECCIÓ

De 17 a 19 hores (fins al 10 de desembre). Activitat presencial. La CIBA.

Saps cosir, però necessites una empena per acabar el teu projecte? Vine a l'aula oberta i una persona experta et donarà un cop de mà per enllestir-lo. Està pensada com un espai ciutadà d'ús puntual, per fer consultes i avançar de forma semiautònoma, amb el suport d'un expert. Calen nocions bàsiques de costura per poder participar-hi.

A càrrec de: Fundació Ared.

Organitza: La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista.

Entrada lliure.

Cada dimecres

PROJECTE MIRALL

De 10 a 11.30 hores fins al 17 de desembre. Activitat presencial. La CIBA.

El projecte Mirall té com a objectiu afavorir la trobada entre les participants dels grups d'alfabetització de la Coordinadora de Dones, amb un nivell més avançat, dels grups de castellà per a dones d'Hindustan i un grup de mares del col·legi Mercè Rodoreda que aprenen espanyol.

Després d'una primera edició, durant l'abril i el juny de 2024, el projecte es reprèn aquest octubre. Mirall és un espai on compartim experiències, practiquem la llengua i construïm comunitat, en un ambient tranquil i acollidor, que fomenta l'autonomia i la participació activa. Es promou la creació de vincles entre dones de diferents orígens, edats i realitats.

Organitza: La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista.

Col·labora: Xarxa Valors (Servei de Convivència, Desenvolupament Comunitari i Civisme).

Cada dijous

CLUB DE FEINA

De 9 a 13 hores. Activitat presencial. La CIBA.

Si busqueu feina, voleu fer un gir en la vostra carrera professional o necessiteu suport per elaborar o actualitzar el currículum, veniu els dijous a La CIBA. Us oferim un espai per desenvolupar aquestes tasques i amb el suport especialitzat de l'equip tècnic d'orientació i intermediació de Grameimpuls.

Veniu i obriu la porta al vostre nou futur!

No cal inscripció prèvia.

Organitza: Grameimpuls i La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista.

Cada dijous

ENTREFILS. ESPAI OBERT DE DONES TEIXIDORES

De 18 a 20 hores. Activitat presencial. La CIBA.

Estàs farta de teixir sola? T'agradaria enriquir-te amb dones que, com tu, els encanta aquesta activitat?

Les dones d'Entrefils t'esperem a La CIBA cada dijous a la tarda. Junes teixirem xarxa!

Sense inscripció prèvia.

Organitza: Entrefils, amb la col·laboració de La CIBA, espai per a dones, innovació i economia feminista.

De dilluns a divendres. De l'1 al 19 de desembre de 2025.

ALLIBERA(R)T DONES

De 9.30 a 12.30 hores. Activitat presencial. La CIBA.

El projecte Allibera(R)t Dones consta de tres tallers formatius consecutius, de quinze hores cadascun, sumant un total de 45 hores distribuïdes en tres setmanes.

Totes les activitats són presencials i es duen a terme íntegrament en llengua catalana, tant en la comunicació oral com escrita. Es promou així un ús pràctic, funcional i significatiu del català com a llengua d'aprenentatge, comunicació i creació.



Inscripció a:



Taller 1: Alfabetització digital i ús de les TIC (15 hores).

Taller 2: Habilitats socials (15 hores).

Taller 3: L'art com a eina d'empoderament (15 hores).

Inscripcions: Aplicació Santa Coloma Connecta.

Organitza: Associació Les Colomes.

Els dilluns 1, 8, 15, 22 i 29 de desembre

TALLER TRIFÀSIC: TRES FASES PER POSAR LA NOSTRA VIDA A PUNT

En el marc del Projecte CapitanA-s

De 17.30 a 19 hores. Activitat presencial. La CIBA.

Inscripció a:



Aquest taller compta amb tres fases per posar la vida a punt:

- Endins: analitzarem com ens trobem amb nosaltres mateixes, els nostres valors i creences.
- Enfora: examinarem com ens trobem amb relació a les altres persones; treballarem sobre els límits, la gestió del nostre temps i la comunicació assertiva.
- Endavant: pensarem sobre com encarar un futur il·lusiónant, els nostres propòsits vitals, les zones de confort i l'establiment d'objectius i plans d'acció.

Inscripció a: Aplicació Santa Coloma Connecta

Organitza: La INVERSA i La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista.

Els dimarts 2 i 9 de desembre

TALLER TEÒRIC EXPERIENCIAL: TRANSFORMA LA TEVA MENOPAUSA

En el marc del Projecte CapitanA-s

De 17.30 a 19.30 hores. Activitat presencial. La CIBA.

Inscripció a:



En aquest taller, treballarem estratègies per a una vida plena i saludable. Moltes dones ja hem conquerit la salut pel que fa a la sexualitat, la menstruació, l'embaràs i la criança. Ara ens toca posar el focus en el final de l'etapa reproductiva que, ni de bon tros, és el final de la vida de la dona.

Un espai segur i de confiança per compartir experiències, de comprensió i coneixement sobre els canvis hormonal i físics. Es fomenten hàbits de vida saludables i sostenibles, i es promouen la reflexió col·lectiva, per desafiar els rols de gènere i les expectatives socials associades a la menopausa, i l'empoderament personal.

A càrrec de: Patricia Álvarez i Mireia Piferrer.

Inscripció a: Aplicació Santa Coloma Connecta

Organitza: La INVERSA i La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista.

El dimarts 9 de desembre i el dijous 11 de desembre

TALLER DE PERSONALITZACIÓ D'UNA BOSSA TOTE NADALENCA

De 17 a 19 hores. Activitat presencial. La CIBA.

Inscripció a:



Es durà a terme un taller creatiu per transformar una bossa tote senzilla en un accessori únic i amb esperit nadalenc. S'utilitzarà tècniques bàsiques de composició, costura, enganxat, brodat i pintura tèxtil.

Aprofitant l'època de Nadal, La CIBA posa a la teva disposició una activitat per potenciar la creativitat i l'expressió personal, on aprendràs tècniques bàsiques de decoració tèxtil en un ambient participatiu i lúdic.

Amb la teva tote personalitzada, podràs substituir les bosses de plàstic, o regalar-la com un detall fet a mà amb molt d'encant. Només cal que deixis volar la imaginació i vinguis a participar en aquest taller!

A càrrec de: Docent de formació ocupacional Serantes.

Organitza: Serantes i La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista.

Dimecres, 10 de desembre (continuïtat al gener)

PROJECTE EQUALMED A JOVES DE LA CIUTAT (2a edició)

De 16 a 18 hores. Activitat presencial. La CIBA.

Es tracta d'un projecte de cooperació descentralitzada impulsat per l'Institut Municipal de Desenvolupament Econòmic Local (IMADEL) i la Diputació de Barcelona, amb la col·laboració dels municipis de Gueliz (Marràqueix) i Santa Coloma de Gramenet.

EqualMED té com a objectiu sensibilitzar els joves i formar-los com a agents d'igualtat, fomentant el diàleg intercultural i la reflexió crítica entorn dels drets humans, la igualtat de gènere i les injustícies globals. Durant el projecte es duran a terme accions per a la sensibilització.

Participa-hi si tens ganes de ser part activa del canvi social a Santa Coloma!

Organitza: La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista; el Servei de joventut i el Servei de Cooperació i Solidaritat de l'Ajuntament de Santa Coloma.

Dimecres, 17 de desembre

TALLER PER MILLORAR LA IMATGE PERSONAL

Adreçat a dones, amb grups de quinze persones en cada sessió.

Dues sessions: de 16 a 17.45 hores o de 18 a 19.45 hores.

Activitat presencial. La CIBA.

Inscripció a:



Els colors, la roba i el teu cos diuen molt de tu. Amb aquest taller per millorar la teva imatge personal, descobreix com pots dominar aquest llenguatge invisible per generar confiança, respecte i l'èxit que et mereixes.

A càrrec de: Fundació Ared.

Organitza: Fundació Ared i La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista.

ACTIVITATS INFANTILS I FAMILIARS

Dijous, 4 de desembre

DEL COL·LAPSE A L'ALLEUJAMENT: RECURSOS SIMPLES PER A DONES SENSE TEMPS

Inscripció a:



Dirigit a dones.

De 17.30 a 19 hores. Activitat presencial. La CIBA (2a planta, taller de reparació).

Un taller vivencial creat per a dones que senten que no tenen temps, sigui perquè treballen massa sigui perquè la maternitat les sobrepassa. Integraràs recursos psicocorporals que pots aplicar en el teu dia a dia per alliberar tensió, recuperar energia i reconnectar amb tu mateixa.

Tens disponible el servei de canguratge de la MenudaCIBA si ho necessites. Pots reservar-lo amb un mínim de 48 hores d'antelació.

Inscripció a: Aplicació Santa Coloma Connecta.

A càrrec de: Lucía Piedra Cueva.

Organitza: Associació Gramamás. La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista.

Els dilluns 1 i 15 i els dimarts 9 i 16 de desembre

EL RACÓ DE LA VIOLETA – L'ESPUINA DE LA VIOLETA

De 17.30 a 19.30 hores i de 17.30 a 19.00 hores.

Activitat presencial. La CIBA (taller de reparació).

Inscripció a:



Aquí la màgia, la creativitat i la imaginació són les protagonistes. A través de personatges fantàstics i situacions extraordinàries, obrim la porta a mons simbòlics plens de valors, reptes i vincles. La Violeta ens recorda que cada espurna creativa pot transformar la realitat!

Trobaràs la informació per fer la inscripció a les nostres xarxes, que es publicarà setmanalment.

A càrrec de: AMALUR El Jardí Medicinal i l'Associació Bosc de Llum.

Organitza: La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista.

Els divendres 5, 12 i 19 de desembre

LA TRIBU DE POSTPART: UN REFUGI DE SUPORT ENTRE MARES

Adreçat a famílies amb infants de 0-9 mesos

D'11 a 13 hores. Activitat presencial. La CIBA (sala Corporal).

Et convidem a un espai segur per compartir les teves vivències en el postpart, acompanyada d'altres dones que viuen una situació similar. Crearem un refugi de suport entre mares.

Pots venir sola o amb el teu nadó. En cas de necessitar-ho, pots fer ús del servei de canguratge.

No cal inscripció prèvia.

A càrrec de: Noemí Conde i Gramamás.

Organitza: Gramamás. La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista.

Els dilluns 1, 15 i 22 de desembre

LA TRIBU DE CRIANÇA

Adreçat a famílies amb infants dels 9 mesos als 3 anys (aprox.).

De 17 a 19 hores. Activitat presencial. La CIBA (sala Corporal).



Et proposem un espai segur i coeducatiu, on podràs compartir la teva experiència en la criança en tribu. Aquí els protagonistes sou vosaltres: mares, pares i familiars d'infants.

Els nens i les nenes també són benvinguts, tot i que pots venir sola si ho prefereixes.

No cal inscripció prèvia.

A càrrec de: Nimba Maternitat i Gramamás.

Organitza: Gramamás, Nimba Maternitat i La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista.

Divendres, 19 de desembre

Xocolatada: encenem el Nadal a La CIBA!

Adreçat al públic infantil i familiar.

De 17.00 a 19.30 hores. Activitat presencial. La CIBA.

Inscripció a:



Ja fa olor de xocolata i quasi podem sentir la música i les rialles de les menudes i els menuts. El pròxim 19 de desembre a la tarda volem compartir amb vosaltres una jornada de germanor plena de màgia. Us obrirem les portes de casa nostra per donar la benvinguda a les activitats de Nadal i celebrar tot el que està per venir!

Podeu consultar totes les activitats al programa específic de Nadal!

Organitza: La MenudaCIBA, i La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista.



EXPOSICIONS

EXPOSICIÓ «EL FIL VERMELL»

**Amb visita guiada amb les autores el dimecres 3 de desembre a les 18 hores.
Del dimarts 9 de desembre a les 19 h (Fins el 15 de desembre). La CIBA.**

L'exposició «El fil vermell» forma part del projecte artístic amb el mateix nom. És una obra de l'activista Piliparra, amb textos de Sílvia Terol Ledesma.

La mostra compta amb les il·lustracions que apareixen al llibre, un dels relats i una breu descripció del Patronato de Protección a la Mujer. Les autores ens proposen un recorregut per les il·lustracions, una explicació de la tècnica emprada i una breu presentació d'aquesta institució que, refundada durant la dictadura, va internar milers de joves amb l'objectiu de reeducar-les segons el model franquista de dona.

Organitza: Equip El Fil Vermell.

Col·labora: La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista.

"NO HI HA JERARQUIA
D'OPRESSIONS. LA LLUITA PELS
DRETS DE LES DONES ÉS TAMBÉ
LA LLUITA PELS DRETS HUMANS."

Audre Lorde

EL CENTRE DE DOCUMENTACIÓ RECOMANA:

Yo, vieja. Apuntes de supervivencia para seres libres

de Anna Freixas.

Horas y horas editorial

Aquest és un recorregut pels drets humans en la vellesa i, concretament, pels drets de les dones, sintetitzats en tres principis que a Anna Freixas li semblen fonamentals: la llibertat, la justícia i la dignitat. Per tant, aquests apunts de supervivència estan pensats per a la nova generació de dones velles que van estrenant llibertats, que mantenen la seva dignitat i que, mentre avancen pel calendari, examinen la vida i les relacions quotidianes amb agudesia. Aquest llibre pretén ser una reflexió i un divertimento sobre les petites coses que, en aquesta etapa, ens poden amargar la vida o, per contra, fer-nos-la més fàcil. Una espècie de focus per il·luminar situacions quotidianes que no considerem importants i que, no obstant això, constitueixen el gruix de la discriminació i el rebuig social cap a les persones grans, únicament pel fet de ser-ho. Freixas també vol visibilitzar determinats factors que consoliden els estereotips que la societat té sobre les veteranes. Yo, vieja és un cant a la llibertat i a la naturalitat, a la vellesa confortable i afirmativa, amb la pretensió que entre totes aconseguim viure de manera elegant, relaxada i ferma.



Fins al 30 de desembre

CONCURS DE RELATS CURTS AMB PERSPECTIVA DE GÈNERE. ISABEL ALONSO

La CIBA

Participa en el concurs de relats curts amb perspectiva de gènere organitzat per la Coordinadora d'Associacions de Dones, en col·laboració amb l'Ajuntament.

BASES DE LA CONVOCATÒRIA:



Un espai consolidat de creació per a dones que troben en l'escriptura un mitjà d'expressió.

XIX PREMI ISABEL ALONSO

XIX Premi de relat curt amb perspectiva de gènere BASES 2025

La CIBA

ESPAI DE RECURSOS PER A DONES INNOVACIÓ I ECONOMIA FEMINISTA



Santa Coloma és vida!



L'HORT DE LA CIBA: "VERDE QUE TE QUIERO VERDE"

Vine i descobreix el projecte de l'hort urbà de La CIBA. Participa com a voluntari/ària, sensibilitza't i forma't al voltant de les tècniques i el coneixement de la plantació i la natura. Aprèn què és i què cal fer per mantenir un hort urbà. Participa en aquest projecte comunitari on compartirem sabers i coneixement amb la dinamització de la Ne-rea Iraragorri, d'Amalur el jardí medicinal.

Si hi estàs interessat o interessada, escriu-nos a lacibahorts@gramenet.cat

COMUNITAT HORT: aprenentatge teòric i pràctic a l'hort de La CIBA

Dilluns, 1 de desembre, d'11 a 12 hores

Teoria. Les flors a l'hort. Beneficis a l'hort. Flors comestibles.

Pràctica. Fer llavors de flors comestibles. Tasques de l'hort.*

Dimarts, 2 de desembre, de 18 a 19 hores

Teoria. Les flors a l'hort. Beneficis a l'hort. Flors comestibles.

Pràctica. Fer llavors de flors comestibles. Tasques de l'hort.*

Dimarts, 9 de desembre, de 18 a 19 hores

Pràctica. Tasques de l'hort.*

Dilluns, 15 de desembre, d'11 a 12 hores

Esmorzar i berenar de germanor.

Pràctica. Elaboració de crema de garrofa vegana. Tasques de l'hort.*

Dimarts, 16 de desembre, de 18 a 19 hores

Esmorzar i berenar de germanor.

Pràctica. Elaboració de crema de garrofa vegana. Tasques de l'hort.*

Dilluns, 22 de desembre, de 18 a 19 hores

Pràctica. Tasques de l'hort.*

***Tasques de l'hort:** Preparar el substrat, sembrar, trasplantar, fer llavors, regar, desherbar, preparar i aplicar extractes, posar tutors, podar, recol·lectar, fer el manteniment de les instal·lacions, extreure i conservar llavors, etc.

ÍNDEX

PROGRAMA DESEMBRE 2025 (Pàg. 2)

Dimarts, 2 de desembre _ **CONCENTRACIÓ DE DENÚNCIA DELS FEMINICIDIS I LES VIOLÈNCIES MASCLISTES.**

Dimecres, 3 de desembre _ **INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL AMB ULLS DE DONA: ENTENDRE-LA, QÜESTIONAR-LA I APROFITAR-LA.**

Dijous, 4 de desembre _ **2a JORNADA DE CONSTRUCCIÓ INDUSTRIALITZADA D'HABITATGE A LA REGIÓ METROPOLITANA DE BARCELONA.**

Dijous, 4 de desembre _ **25è ANIVERSARI DE LA CREACIÓ DE LA INSTITUCIÓ DEL DEFENSOR/A A SANTA COLOMA DE GRAMENET.**

Divendres, 5 de desembre _ **EXPOSICIÓ ITINERANT PAM_ODS. AGENDA 2030.**

Dimarts, 9 de desembre _ **VISITA GUIADA A L'EXPOSICIÓ «EL FIL VERMELL»**

Dimecres, 10 de desembre _ **DIMECRES INSÒLITS: Conversa amb dones del món de l'escenografia i l'utilitatge LA CIBA INSÒLITA.**

Divendres, 12 de desembre _ **OBRA DE TEATRE MÉS ENLLÀ DELS LÍMITS. TOTHOM IMPORTA, TOTHOM APORTA.**

Dissabte, 13 de desembre _ **EL GRAN QUINTO DE NADAL XXL.**

Dimarts, 16 de desembre _ **TROBADA DE REFLEXIÓ I DEBAT: COMUNICAR AMB CURA.**

Dijous, 18 de desembre _ **EXPOSICIÓ ARTÍSTICA: L'ART DE CANVIAR EL MÓN. Una mirada adolescent i jove.**

Dimarts, 23 de desembre _ **IV FUTSAL LEGENDS & WOMENS_ "VOCES QUE INSPIRAN"**

FORMACIÓ (Pàg. 8)

Escola Abolicionista Internacional (EAI)

TALLERS (Pàg. 8)

Cada els dilluns _ **GRUP DE DONES AMB FIBROMIÀLGIA.**

Cada els dilluns de 18 a 20 h _ **TEATRE DOCUMENTAL. DONA VEU.**

Cada els dilluns de 16 a 17.30 h _ **TEATRE DOCUMENTAL. ALÈ.**

Cada dimarts _ **GRUP DE DONES DEL CLUB SOCIAL GRAMENET.**

Cada dimecres de 17 a 19 h _ **AULA OBERTA DE CONFECCIÓ.**

Cada dimecres de 10 a 11.30 h fins al 17 de desembre _ **PROJECTE MIRALL.**

Cada dijous de 9 h a 13 h _ **CLUB DE FEINA.**

Cada dijous _ **ENTREFILS. ESPAI OBERT DE DONES TEIXIDORES.**

De dilluns a divendres. De l'1 al 19 de desembre de 2025 _ **ALLIBERA(R)T DONES.**

Els dilluns 1, 8, 15, 22 i 29 de desembre _ **TALLER TRIFÀSIC: TRES FASES PER POSAR LA NOSTRA VIDA A PUNT.**

Els dimarts 2 i 9 de desembre _ **TALLER TEÒRIC EXPERIENCIAL: TRANSFORMA LA TEVA MENOPAUSA.**

El dimarts 9 de desembre i el dijous 11 de desembre _ **TALLER DE PERSONALITZACIÓ D'UNA BOSSA TOTE NADALENCA.**

Dimecres, 10 de desembre (continuïtat al gener) _ **PROJECTE EQUALMED A JOVES DE LA CIUTAT (2a edició).**

Dimecres, 17 de desembre _ **TALLER PER MILLORAR LA IMATGE PERSONAL.**

ACTIVITATS INFANTILS I FAMILIARS (Pàg. 15)

Dijous, 4 de desembre _ **DEL COL·LAPSE A L'ALLEUJAMENT: RECURSOS SIMPLES PER A DONES SENSE TEMPS.**

Els dilluns 1 i 15 i els dimarts 9 i 16 de desembre _ **EL RACÓ DE LA VIOLETA – L'ESPURNA DE LA VIOLETA.**

Els divendres 5, 12 i 19 de desembre _ **LA TRIBU DE POSTPART: UN REFUGI DE SUPORT ENTRE MARES.**

Els dilluns 1, 15 i 22 de desembre _ **LA TRIBU DE CRIANÇA.**

Divendres, 19 de desembre _ **XOCOLATADA: ENCENEM EL NADAL A LA CIBA!**

EXPOSICIONS (Pàg. 18)

Del 9 al 15 de desembre _ **EXPOSICIÓ "EL FIL VERMELL"**

EL CENTRE DE DOCUMENTACIÓ RECOMANA (Pàg. 20)

Yo, vieja. Apuntes de supervivencia para seres libres _ de Audre Lorde. Horas y horas editorial.

Fins al 30 de desembre. _ **CONCURS DE RELATS CURTS AMB PERSPECTIVA DE GÈNERE. ISABEL ALONSO.**

L'HORT DE LA CIBA: "VERDE QUE TE QUIERO VERDE" (Pàg. 22)

COMUNITAT HORT: aprenentatge teòric i pràctic a l'hort de La CIBA.

Dilluns, 1 de desembre, d'11 a 12 hores

Dimarts, 2 de desembre, de 18 a 19 hores

Teoria: **Les flors a l'hort. Beneficis a l'hort. Flors comestibles.**

Pràctica: **Fer llavors de flors comestibles. Tasques de l'hort.**

Dilluns, 15 de desembre, d'11 a 12 hores

Dimarts, 16 de desembre, de 18 a 19 hores

Teoria: **Esmorzar i berenar de germanor.**

Pràctica: **Elaboració de crema de garrofa vegana. Tasques de l'hort.**

Dilluns, 22 de desembre, de 18 a 19 hores

Pràctica: **tasques de l'hort.**



PROGRAMACIÓ DESEMBRE 2025



SUBSCRIU-TE AL NOSTRE BUTLLETÍ



Passeig de Llorenç Serra, 64
Santa Coloma de Gramenet
Tel. 93 4624092
lacibainfo@gramenet.cat



Ajuntament
de Santa Coloma
de Gramenet

La
CIBA

ESPAI DE RECURSOS
PER A DONES, INNOVACIÓ
I ECONOMIA FEMINISTA



<https://laciba.gramenet.cat>



Generalitat de Catalunya
Departament d'Igualtat
i Feminismes



CORRESPONSABLES



Xarxa
metropolitana de
refugiats climàtics