



La  
CIBA

ESPAI DE RECURSOS  
PER A DONES, INNOVACIÓ  
I ECONOMIA FEMINISTA

*"Volem que les nenes sàpiguen  
que poden convertir-se en  
qualsevol cosa que desitgin"*

Francesca Cavallo

**PROGRAMACIÓ** **OCTUBRE 2024**



**SUBSCRIU-TE AL  
NOSTRE BUTLLETÍ**

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



## EFEMÈRIDES

- 10/10:**  
DIA INTERNACIONAL DE LA SALUT MENTAL
- 11/10:**  
DIA INTERNACIONAL DE LES NENES
- 15/10:**  
DIA INTERNACIONAL DE LES DONES RURALS  
DIA INTERNACIONAL DEL DOL GESTACIONAL
- 19/10:**  
DIA INTERNACIONAL CONTRA EL CÀNCER DE MAMA
- 20/10:**  
DIA INTERNACIONAL DE LA DESPATOLOGITZACIÓ TRANS
- 26/10:**  
DIA INTERNACIONAL DE LA VISIBILITAT INTERSEXUAL



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](mailto:menudaciba@gramenet.cat) o un WhatsApp al **674 56 04 73**.

## PROGRAMACIÓ OCTUBRE 2024

**Dimarts 1 d'octubre**

### CONCENTRACIÓ DE DENÚNCIA DELS FEMINICIDIS I LES VIOLÈNCIES MASCLISTES

**A les 20 h a la plaça de la Vila**

Com cada primer dimarts de mes, tindrà lloc la concentració de denúncia de les violències masclistes i els feminicidis, i per recordar i fer públic els noms de totes les dones assassinades durant el darrer mes.

Aquest mes farà la reflexió el Grup de Teatre Alquimistes de Santa Coloma.

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

**Dimecres 2 d'octubre**

### FÒRUM DE POLÍTICA EXTERIOR FEMINISTA. Trobada d'intercanvi d'experiències sobre els reptes de les polítiques feministes i les aliances locals i globals.

**De 10:00 a 13:00 h a La CIBA**

Sessió de treball amb les persones participants del Fòrum de Política Exterior Feminista de la Unió Europea, d'Amèrica Llatina i el Carib.

**Organitza:** Fundació EU-LAC.

**Hi col·labora:** Diputació de Barcelona. La CIBA, espai per a dones, innovació i economia feminista.

**Dimecres 2 d'octubre**

### DIMECRES INSÒLITS: DONES DEL MÓN DE LA INDUMENTÀRIA I DEL FIGURINISME. LA CIBA INSÒLITA

**A les 18:00 h a La CIBA**

Dins d'aquesta proposta ens trobem diverses especialitats: vestuari, barrets, perruques, calçat, joies, bijuteria i altres complements. Parlarem de la formació de les dones que s'hi dediquen, de les diferents tasques que fan i també sabrem quines són les dificultats que s'han trobat en el seu camí.

El diàleg anirà acompanyat d'una petita exposició amb material construït per les dones que conversen.

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



**Dijous 3 d'octubre**

### COM NARRAR EL PATIMENT PSÍQUIC? TROBADA AMB MAR GARCÍA PUIG, AUTORA DE LA HISTÒRIA DELS VERTEBRATS

**A les 18 h a La CIBA**

**Aquesta activitat s'emmarca en la commemoració del Dia Internacional de la Salut Mental.**

En aquesta trobada, aprofunditzarem en com podem expressar i entendre el patiment psíquic amb la Mar García Puig, autora de La història dels vertebrats, llibre on narra la seva pròpia història de patiment psíquic, en un viatge a la recerca de veus que ajudin a posar paraules a la seva vivència. Així, se sub-

mergeix en els historials clínics de les pacients que a l'època victoriana són internades en manicomis a causa de la seva suposada bogeria. Plantejant l'interrogant de quina seria la seva història si la poguessin narrar.

**L'activitat és gratuïta, cal fer la inscripció enviant un correu electrònic a [info@aencatalunya.cat](mailto:info@aencatalunya.cat)**

**Organitza:** Junta ACPSM-AEN Catalunya.

**Hi col·labora:** La CIBA, espai per a dones, innovació i economia feminista.

**Dijous 3 d'octubre**

## Teatre espontani contemporani 'TEIXINT HISTÒRIES DE SOLIDARITAT'

**De 18:30 a 20 h a La CIBA**

Posada en escena d'històries narrades per les participants de l'activitat.

**Organitza:** Associació GRUP DE SUPORT CON VOS i la companyia de teatre LA FOGUERA.

**Hi col·labora:** La CIBA, espai per a dones, innovació i economia feminista.

**Divendres 4 d'octubre**

## Conversatori 'TRENQUEM DESIGUALTATS! COMPARTIM LES NOSTRES EXPERIÈNCIES'

**De 10 a 11:15 h a La CIBA**

Trobada de dones de diferents àmbits i procedències de la nostra ciutat amb l'activista FATOU NYANG (Gàmbia - Wassu Kafo Gambia), en la qual compartirà el seu compromís i les tasques que du a terme per a l'eliminació de les desigualtats i la lluita per un futur lliure de la mutilació genital femenina.

Durant la trobada, també es presentaran altres experiències locals centrades en la lluita contra les desigualtats; serà, doncs, un espai per al diàleg i la reflexió conjunta.

L'activitat forma part de Ciutats Defensores dels Drets Humans.

**Organitza:** Departament de Solidaritat i Cooperació.

**Hi col·labora:** La CIBA, espai per a dones, innovació i economia feminista. Servei de Convivència, desenvolupament comunitari i civisme (Xarxa Transmissió de Valors i Missatges Positius).

**Divendres 4 d'octubre**

## Taller formatiu: PREVENCIÓ I ATENCIÓ A LA MUTILACIÓ GENITAL FEMENINA

**De 12 a 13:30 h a La CIBA**

La Mutilació Genital Femenina (MGF) està considerada internacionalment com una violació dels drets humans de les nenes i les dones. Malauradament és una pràctica que segueix produint-se a nombrosos països. L'activista gambiana FATOU NYANG ens presentarà el seu treball en xarxa i comunitari al projecte Wassu Kafo Gambia per tal de provocar canvis a la societat que previnguin la MGF.

L'activitat forma part de Ciutats Defensores dels Drets Humans.

**Recomanable inscripció prèvia a:** [cooperacio@gramenet.cat](mailto:cooperacio@gramenet.cat)

**Organitza:** Departament de Solidaritat i Cooperació.

**Hi col·labora:** La CIBA, espai per a dones, innovació i economia feminista i Servei de Salut.

**Dimecres 9 d'octubre**

## DIMECRES INSÒLITS. LA CIBA INSÒLITA TALLER DE TOCATS I BARRETS

**18:00 h La CIBA**

En aquest cas us proposem un taller on el motor són els barrets i tocats. Aprendre com personalitzar un barret, fer un tocat o una senzilla corona. Coneixerem materials i tècniques diverses que ens ajudaran a desenvolupar la nostra creativitat alhora que donarem valor a un ofici que ha quedat relegat pràcticament a nivell testimonial, únicament reforçat per la seva presència al món de l'espectacle o algun esdeveniment protocol·lari.

Aquest taller s'emmarca dins de les onverses amb dones del món de la indumentària i l'adreçem a dones més grans de 18 anys.

**Tallerista:** Ana Vivero

**Hi col·labora:** Associació Les Colomes

**Durada:** 3 hores

**Places:** 15

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

**Dimecres 9 d'octubre**

## Taula rodona en línia: "LA CULTURA DE LA VIDA: DONES, CULTURA DE PAU I MITJANS DE COMUNICACIÓ"

**18:30 h a La CIBA**

Taula rodona que es portarà a terme en format virtual, amb dones expertes en la representació de conflictes bèl·lics en els mitjans de comunicació, per reflexionar sobre les estratègies narratives que fomenten imaginaris bèl·lics i violents, i promoure discursos verbals i visuals que afavoreixin la cultura de pau. **Les ponents: Txell Feixas, Maria Eugenia Blandón i Anahita Nassir**, són expertes dels mitjans de comunicació, compromeses amb la difusió i visibilització de les aportacions de les dones pel que fa a la resolució pacífica dels conflictes.

Aquesta activitat és prèvia a la possibilitat de participar en la Jornada de creació participativa d'un vídeo col·lectiu que es farà el proper dissabte 19 d'octubre de 9.30 h a 15 h al CitiLab de Cornellà.

**Organitza:** Observatori de les dones en els mitjans de comunicació i La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista.

**Hi col·labora:** Servei de Solidaritat i Cooperació i el Servei de Convivència, desenvolupament comunitari i civisme (Xarxa Transmissió de Valors i Missatges Positius).

**Dimecres 9 d'octubre**

## AULES ITINERANTS DE PENSAMENT CRÍTIC. LA CONSTRUCCIÓ, L'AVENIR DEL GÈNERE FEMENÍ.

**De 18 a 20 h**

Diàleg amb la **Belén González Barros**, professora de filosofia de la UNED, i la **Marta Palacín Mejias**, professora de filosofia de la UB i la UPC, sobre els debats contemporanis al voltant del gènere.

**Organitza:** UNED, província de Barcelona.

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

**Divendres 11 d'octubre**

## FESTA D'ANIVERSARI DE BOSC DE LLUM

**A les 18 h a La CIBA**

L'Associació Bosc de Llum us convida a l'acte de celebració del seu **10è aniversari**. Us hi esperem a totes i a tots. Serà una bona oportunitat per retrobar-nos i brindar per molts anys més.

**Cal confirmar l'assistència** a l'adreça de correu boscdellum@gmail.com

**Organitza:** Associació Bosc de Llum.

**Dimecres 16 d'octubre**

## ENXARXADES. SESSIÓ DE TREBALL EN XARXA PER A EMPRESÀRIES, EMPRENEDORES I PROFESSIONALS

**De 13:30h a 16:30 h a La CIBA**

Sessió de treball en xarxa adreçada a dones emprenedores, directives i professionals de la nostra ciutat. Una iniciativa que té com a objectiu crear xarxa entre les dones participants per potenciar la relació i la comunicació, i establir vincles i col·laboracions.

Una iniciativa que ens permetrà, per una banda, seguir treballant per a la creació d'un espai compartit i de col·laboració entre les dones que formen el teixit econòmic colomenc i, per l'altra, conèixer els projectes de les dones assistents per tal de detectar oportunitats de cooperació.

**Dinamització a càrrec de** Raquel Caballero

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

**Dimecres 16 d'octubre**

## DIMECRES INSÒLITS TALLER D'ELABORACIÓ DE TITELLES D'OMBRES

**A les 18 h a La CIBA**

El motor d'aquests tallers és l'elaboració de titelles d'ombres fets en família. Crearem els personatges a dintre d'una història, fent des del seu disseny fins a la pròpia construcció. I jugarem a manipular-los.

**Tallerista:** Associació Les Colomes

**Durada:** 2 hores

**Places:** 15-20 persones (famílies amb infants +5 anys)

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

**Divendres 18 d'octubre**

## IV FÒRUM DE MUNICIPIS CERTIFICATS EN FAVOR DE LA IGUALTAT DE GÈNERE

**De 8:30 a 17 h a La CIBA**

Quarta trobada de municipis certificats amb el Distintiu SG CITY 50-50. Un espai de debat, d'intercanvi de bones pràctiques i coneixements per impulsar una agenda local feminista, adreçat als equips polítics i tècnics dels ajuntaments.

**Organitza:** Associació Forgender Seal.

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

**Dissabte 19 d'octubre****REBROTA a la tardor. Jornada d'intercanvi d'esqueixos i llavors****D'11 a 13.30 h**

Veniu a celebrar amb nosaltres aquesta segona edició del Rebrota, que s'emmarca dins del Dia Internacional de les Dones Rurals.

Al llarg del matí compartirem informació i intercanviarem les nostres llavors i els nostres esqueixos; a més, gaudirem d'una àmplia proposta de tallers per a petites i grans, i us convidarem a una llimonada natural,

**Us hi esperem!****Sense inscripció prèvia****Organitza:** La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista.**Dilluns 21 d'octubre****LLIURAMENT DE DIPLOMES DE LA FORMACIÓ DESENVOLUPADORA WEB FULL STACK****11 h a La CIBA**

Lliurament de diplomes i acte de cloenda de la formació Bootcamp incliusu en programació web per a dones. Aquesta formació, de 850 hores, s'ha portat a terme en format semipresencial.

Acte adreçat a les dones participants i a les seves famílies i amistats.

**Organitza:** Factoria F5 i La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista.**Dijous 24 d'octubre****FEM LIDERATGE\_ Escola Feminista de Dones de CC.OO. de Catalunya****De 9 a 17:30 h a La CIBA**

Enguany, ha estat un any d'eleccions: les autonòmiques i les europees, això ens ha fet reflexionar sobre qui controla i qui aglutina el poder. Ens volem preguntar on són les dones líders, en quins sectors són referents i quines diferències hi ha entre els diferents tipus de lideratges, els masculins i els femenins.

**Organitza:** Escola Feminista de Dones de CC.OO. de Catalunya.**Divendres 25 d'octubre****28è FÒRUM FEDAIA. DESCONSTRUÏM LA INSTITUCIONALITZACIÓ. Atenció comunitària i preventiva per a infants i adolescents en situació de vulnerabilitat****De 9 a 14 h La CIBA**

La FEDAIA us convida a participar d'aquest fòrum amb la intenció de poder compartir experiències, reflexions i formació en relació amb la desconstrucció de la institucionalització. Des d'un model centrat en l'interès dels infants i des d'una perspectiva de drets en clau familiar i comunitària que inclou processos de prevenció, d'acolliment, d'atenció sociocomunitària, de transformació de les institucions i de foment de l'autonomia i l'emancipació de les famílies i el jovent.

Aquest taller està enfocat en les eines de prevenció de la institucionalització, el rol protector del suport social en la resiliència dels adolescents: com analitzar i treballar amb els suports percebuts, a càrrec de Sara Pérez Hernando, doctora en Educació, graduada en Criminologia i investigadora postdoctoral en la Facultat d'Educació de la Universitat de Barcelona.

**Organitza:** Federació d'entitats d'atenció a la infància i l'adolescència.

*"Volem que les nenes sàpiguen  
que poden convertir-se en  
qualsevol cosa que desitgin"*

Francesca Cavallo

Dijous 10 d'octubre

## Formació com a instructora de circulació amb bicicleta. Projecte "Totes en Bici"

A les 15.30 h La CIBA

El projecte "Totes en Bici" (Sustainable Cities Mobility Challenge) és una iniciativa que se situa en el context de la mobilitat sostenible i inclusiva, amb un enfocament específic en l'empoderament de dones en situació de vulnerabilitat. Aquest projecte està impulsat per l'ONG holandesa BYCS, amb finançament de l'agència europea Climate-KIC, que treballa per mitigar el canvi climàtic i fomentar un canvi d'hàbits en la mobilitat urbana.

El projecte té com a objectiu principal **capacitar dones perquè puguin ensenyar a altres persones, mitjançant la metodologia 1bici+, a circular amb bicicleta de manera segura per la ciutat**. Aquest procés no només busca millorar la mobilitat sostenible, sinó també promoure la descarbonització, la reducció de les emissions de CO<sub>2</sub> i la millora de la qualitat de l'aire a les ciutats.

Les participants rebran formació per convertir-se en futures instructoras de conducció ciclista, la qual cosa inclou organitzar sortides en bicicleta, guiar rutes urbanes i ensenyar tant a adults com a infants a anar en bicicleta.

**Total hores de la formació:** 115 h.

**Més informació:**

<https://bycs.org/>  
<https://spain.climate-kic.org/>  
<https://www.biciclot.coop/>

**Inscripcions a:**



**Organitza:** BYCS — Biciclot — Ajuntament de Santa Coloma - La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista amb el suport d'EIT Climate — KIC.

Inici a mitjans de novembre. INSCRIPCIONS OBERTES!

## FORMACIÓ DE DESENVOLUPADORA WEB FULL STACK I CIBERSEGURETAT. Bootcamp inclusiu per a dones

Activitat semipresencial. La CIBA

La CIBA aposta de nou per trencar la bretxa digital de gènere i millorar l'ocupabilitat de les dones de la ciutat, oferint de nou la formació en programació web Full Stack per a dones, en aquesta ocasió afegint una formació innovadora i de màxima actualitat com la ciberseguretat

Aquesta nova edició segueix sent una formació gratuïta i intensiva que treballarà amb continguts i metodologies innovadores del sector. Està dirigida a dones de totes les edats, sense formació mínima ni coneixements tecnològics previs.

La formació es porta a terme de forma diària en format semipresencial.

És imprescindible fer la inscripció i passar un procés de selecció per accedir a la formació.

**Més informació:**

[www.factoriaf5.org/aprende](http://www.factoriaf5.org/aprende)  
[bcn@factoriaf5.org](mailto:bcn@factoriaf5.org)

**Inscripcions a:**



**Organitza:** Fem Coders-Factoria F5 i La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista. Amb el suport de la UE i Aigües de Barcelona.

## Escola Abolicionista Internacional (EAI)

L'Escola Abolicionista Internacional (EIA) 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 el de dotar de les eines teòriques i didàctiques necessàries per entendre i promoure eficaçment la proposta abolicionista en diferents països i contextos socioeconòmics del món.

Dins de la pàgina web trobareu seminaris web i seminaris en directe, cursos d'autoaprenentatge i cursos amb tutorització personalitzada al voltant de la prostitució i la pornografia.

**Més info:** <https://escuelaabolicionistainternacional.geoviolenciasexual.com/>



Divendres 25 d'octubre

## Formació en Feminisme CC00. Projecte Formatiu "ARA MATEIX"

De 9 a 14 h a La CIBA

Formació en matèria de feminisme per a dirigents sindicals de CC.00 de tot Catalunya i de tots els sectors amb perspectiva sociopolítica.

**Organitza:** CC.00. Catalunya.

Dimarts 15 d'octubre a les 17 h

Dimarts 22 d'octubre a les 10 h

## SESSIONS (IN)FORMATIVES SOBRE GRAMETICKET

Activitat presencial a La CIBA

Voleu participar en les activitats de La CIBA però us costa fer les inscripcions a través de Grameticket? No us preocupeu!

Com que la majoria d'activitats de La CIBA, així com d'altres serveis de l'Ajuntament, utilitzen aquesta eina per gestionar les reserves, volem ajudar-vos a utilitzar-la amb facilitat.

Si voleu gaudir de més activitats a la ciutat i voleu aprendre a fer servir Grameticket, veniu a una de les nostres sessions (in)formatives! Us ensenyarem, pas a pas, com donar-vos d'alta, fer inscripcions i reservar la vostra plaça per assegurar-vos que no us perdeu cap esdeveniment que us interessi. Només necessiteu portar el vostre telèfon mòbil.

**Són sessions independents. Entrada sense reserva ni inscripció.**

Divendres 25 d'octubre

## TALLER SOBRE PRIMERS AUXILIS A NADONS

10 h

Activitat presencial a La CIBA

La pediatra Raquel Adsarias, especialista en neonatologia i UCI pediàtrica, impartirà una classe pràctica de primers auxilis enfocada en situacions comunes en infants. Ensenyarà tècniques bàsiques per a actuar davant emergències com a ennuegades, caigudes o cremades.

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

Dilluns 28 d'octubre de 17.30 a 19.30 h

Inscripció a:



## GRUP DE CRIANÇA POSITIVA

Activitat adreçada a mares i pares amb fills i filles de 12 a 16 anys

Activitat presencial a La CIBA

Cicle de 5 tallers per a mares i pares amb fills i filles de 12 a 16 anys en què aprendrem a educar en positiu.

Basant-nos en un model parental i marental respectuós, adquirirem estratègies personals, emocionals i educatives que fomentin dinàmiques de convivència positiva i un millor desenvolupament dels fills i les filles.

### Sessió 1: L'afecte, la confiança, el respecte i l'adolescència

- Compartir amb els pares i les mares els neguits i les preocupacions respecte a l'educació dels seus fills i filles adolescents.
- Conèixer el moment evolutiu de l'adolescència i les seves implicacions físiques, psíquiques i emocionals.
- Adquirir consciència de la necessitat de reforçar i mantenir els processos de vinculació afectiva entre pares/mares i filles/fills, com a base per al benestar de l'adolescent, coneixent i comprenent els canvis que tenen lloc en la seva vida socioafectiva.
- Valorar la necessitat, com a pares i mares, de dedicar als fills i les filles temps i paciència per escoltar-los, conèixer-los i construir la confiança necessària per al seu desenvolupament com a persones responsables sobre la base del respecte mutu i la comunicació.

**Organitza:** SOAF (Servei d'Orientació i Acompanyament a les Famílies).

En col·laboració amb **La Menuda CIBA**, per a aquest taller podeu disposar de l'espai de cangur, cal que reserveu amb 48 hores d'antelació per poder assegurar la vostra plaça.

Qualsevol dubte, escriviu-nos a [SOAF@gramenet.cat](mailto:SOAF@gramenet.cat)

Tots els dilluns

## GRUP DE DONES AMB FIBROMIÀLGIA

De 18 a 19 h La CIBA

Obrim un grup de dones amb fibromiàlgia per visibilitzar la malaltia i acompanyar-nos mútuament. Si teniu fibromiàlgia o fatiga crònica i ho voleu compartir, us estenem la mà. Us hi esperem!

**Si ho desitgeu ens podeu escriure a:** [gmsantk@gmail.com](mailto:gmsantk@gmail.com).

**Organitza:** Grup de Dones amb Fibromiàlgia

A partir del 4 de novembre

## TALLER DE TEATRE DOCUMENTAL

Dilluns de 18 h a 20 h

**Activitat adreçada a dones adultes. Noves usuàries**

**Activitat presencial. La CIBA**

La CIBA proposa una nova edició del taller de teatre documental perquè les dones de la ciutat participin d'un espai segur on expressar-se, 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, apoderament i sororitat, on les veus de les dones seran les protagonistes, en què es convertirà la realitat en una eina poderosa d'art i canvi social. Teatre de dones, fet per dones, amb històries pròpies que parlen de la veritat, per contribuir a una societat més igualitària.

L'inici del taller serà el proper 4 de novembre, i finalitzarà el 5 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.

Per a aquesta activitat s'ofereix servei de canguratge.

Inscripció a:



Tots els dijous al matí de 9 h a 13 h

## CLUB DE FEINA

**Activitat presencial a La CIBA**

Dones, si esteu buscant 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 de recerca de feina i formació, amb el suport especialitzat de l'equip tècnic d'orientació i intermediació de Grameimpuls. No cal inscripció prèvia. Veniu i obriu la porta al vostre nou futur!

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

No requereix d'inscripció.

**No requereix d'inscripció.**



Tots els dijous de 17 a 19 h

## AULA OBERTA DE CONFECCIÓ

**Activitat presencial a La CIBA**

Sabeu cosir, però necessiteu una empenta per acabar el vostre projecte? Veniu a l'aula oberta i una persona experta us donarà un cop de mà per enllestir-lo. Està pensat com un espai ciutadà d'ús puntual, per fer consultes i avançar de forma semiautònoma amb el suport d'una persona experta. Calen nocions bàsiques de costura per poder participar d'aquest espai.

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

**Entrada lliure**

**A càrrec de** Fundació Ared

Tots els dijous

## ENTREFILS. ESPAI OBERT DE DONES TEIXIDORES

De 18 a 20 h

**Activitat presencial a La CIBA**

Esteu fartes de teixir soles? Us agradaria compartir i enriquir-vos amb la presència de dones que, com vosaltres, els encanta teixir?

Les dones d'Entrefils us esperem a La CIBA, tots els dijous a la tarda. Juntes teixirem xarxa!

**Sense inscripció prèvia**

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

Dimarts 15, 22 i 29 d'octubre

## CERCLE DE DONES

De 19:00 a 21:00 h

**Activitat presencial a La CIBA**

Des de temps ancestrals els cercles de dones han sigut una font de saviesa, salut i energia. En aquest espai podreu connectar amb les pròpies experiències amb acompanyament grupal i intercanviar vivències que ens afecten directament com a dones. Un espai on podreu col·locar-vos en el vostre propi centre, escoltant, compartint i sanant.

**Inscripcions a:** raizvioletabcn@gmail.com

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





Tots els dimarts

## GRUP DE DONES DEL CLUB SOCIAL GRAMENET

De 16:30 a 18 h a La CIBA



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

**Organitza:** Club Social Gramenet.

**ATENCIÓ!** Aquest taller s'emmarca dins la proposta de 5 sessions del Grup de Crianga Positiva.

**DILLUNS 11 DE NOVEMBRE - Sessió 2: Ser-hi sense que es noti!** Autoritat versus autoritarisme.

**DILLUNS 25 DE NOVEMBRE - Sessió 3: Tenir conflictes no és tenir problemes.** Superació dels conflictes: escolta activa i negociació.

**DILLUNS 2 DE DESEMBRE - Sessió 4: Tots els actes tenen conseqüències.** L'assumpció de responsabilitats i la convivència amb un/a adolescent.

**DILLUNS 16 DE DESEMBRE - Sessió 5: Es passa hores davant del mirall!** La identitat i els entorns.

Tots els dilluns

## El cafè dels dilluns. Espai de relació i trobada informal entre 'coworkers'

De 10 a 12 h a La CIBA

'El cafè dels dilluns' és un espai de trobada informal per a la comunitat del Coworking CIBA. Tots els dilluns de 10 a 12 h, les membres poden gaudir de cafè i te mentre conversen amb altres emprenedores i 'coworkers', i amb la tècnica referent de La CIBA. Aquest espai busca fomentar les relacions i crear sinèrgies entre els diversos projectes que conviuen al Coworking. És el moment ideal per compartir idees, trobar col·laboracions i començar la setmana amb energia i bon ambient. Us hi apunteu?

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

Dilluns 7, 21 i 28; dimarts 15 d'octubre

## LA TRIBU DE CRIANÇA

De 17.00 h a 19.00 h

**Activitat adreçada a famílies amb infants de 0-3 anys**

**Activitat presencial a La CIBA (sala corporal)**

Us proposem un espai segur per compartir la vostra crianga en tribu. Un espai de cura i coeducatiu on els protagonistes (el centre) sou vosaltres: mares, pares i familiars d'infants.

Els nens i les nenes hi són benvinguts, tot i que podeu no portar-los, si ho preferiu.

**No cal inscripció prèvia.**

**A càrrec:** Inimba Maternitat i Gramamás

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

Divendres 4, 11, 18 i 25 d'octubre

## LA TRIBU DE POSTPART: UN REFUGI DE SUPORT ENTRE MARES

D'11.00 a 13.00 h

**Activitat adreçada a famílies amb infants de 0-9 mesos**

**Activitat presencial a La CIBA (sala corporal)**

Us proposem un espai segur per compartir les vostres vivències en el postpart, acompanyades d'altres mares que estiguin vivint una situació similar. Un refugi de suport entre mares. Podeu venir soles o amb el vostre nadó.

**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.

Divendres 11 i 25 (especial tardor) d'octubre

### JOC LLIURE COEDUCATIU

De 17.00 a 19.00 h

Activitat presencial a La CIBA

Inscripció a:



Us proposem un espai quinzenal de joc lliure coeducatiu i sostenible, adreçat a famílies.

**A càrrec de:** La Magrana Curiosa

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

Dimarts 22 d'octubre

### CRISPETES A LA CIBA PROJECCIÓ DE LA PEL·LÍCULA "VALENTINA"

A les 17.30 h a La CIBA

Inscripció a:



Ei, menudes i menuts, us proposem un pla perfecte: us esperem a La CIBA per gaudir amb nosaltres d'una tarda de cinema amb valors! Què us sembla? A nosaltres ens encanta compartir moments amb totes i tots vosaltres. Animeu-vos!

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

Dimecres 30 d'octubre

### FESTA DE LA CASTANYADA 2024

A les 17.30 h. Activitat presencial. La Ciba

Inscripció a:



La tardor és una de les estacions més especials i boniques per a totes i tots nosaltres. Els paisatges s'omplen de mil colors, les fulles cauen, els bolets comencen a sortir i els animals màgics apareixen. Ah, i és l'època en què la nostra estimada Castanyera s'encarrega de collir castanyes a la muntanya i fer uns boníssims panallets per tal que les nostres panxes quedin ben contentes.

Celebrar la castanyada ja s'ha convertit en tota una tradició per a totes i tots nosaltres, així doncs, us convidem a compartir i gaudir d'una tarda plena de màgia, cançons, jocs, alegria, diversió i moltes activitats!

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

Del 8 de setembre al 24 de novembre

### MANIFESTA 15

A La CIBA

Dins el marc de la biennal nòmada europea Manifesta 15, que es desenvolupa al llarg de 12 setmanes en 12 ciutats de la regió metropolitana de Barcelona, La CIBA acull la instal·lació: "El riu era verd i blau i groc" dels catalans Rosa Tharrats i Gabriel Ventura, una performance en vídeo que va ser realitzada per persones molt vinculades al riu. Escenificada a la riba del Besòs, la performance se situa entre el documental i una visió onírica del riu en què la sorpresa, la poesia i el cant reboten en el ciment i es combinen amb el murmurí incessant dels cotxes i les escultures en terracota de dues de les deïtats femenines que formen part de la sèrie "Sisters", de l'artista italiana Chiara Camoni.

**Organitza:** Manifesta 15 i La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista.

## EL CENTRE DE DOCUMENTACIÓ RECOMANA:



### Les nenes seran el que vulguin ser Raquel Díaz Reguera. Lumen

La Violeta, la Ximena i la Martina per fi s'han desempallegat de les pedres que tenien a les butxaques! Però la colla del NOHOACONSEGUIRASMAL està a l'aguait i prepara un nou atac per evitar que les nenes volin lliures i felices!

Potser amb l'ajuda del senyor SIVOLSPOTS les nenes podran canviar la cançó del NO per la cançó de l'I TANT... Aconseguiran volar ben amunt? Podran ser el que vulguin ser?



---

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

Veniu i descobriu el projecte de l'hort urbà de La CIBA. Participeu com a voluntari/ària, sensibilitzeu-vos i formeu-vos al voltant de les tècniques i el coneixement de la plantació i la natura. Apreneu què és i què cal fer per mantenir un hort urbà. Participeu en aquest projecte comunitari en què compartirem sabers i coneixement amb la dinamització de la Nerea Iraragorri, d'Amalur el jardí medicinal.

Més info: [lacibahorts@gramenet.cat](mailto:lacibahorts@gramenet.cat)

---

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

---

**Dilluns 7 d'octubre d'11 a 12 h i de 18 a 19 h.**

**Dimarts 8 d'octubre d'11 a 12 h i de 18 a 19 h**

**Teoria. La sembra. Sembrar amb èxit**

**Pràctica. Fer llavorers. Manteniment de l'hort**

---

**Dilluns 14 d'octubre d'11 a 12 h i de 18 a 19 h**

**Dimarts 15 d'octubre d'11 a 12 h i de 18 a 19 h**

**Teoria. Associacions de cultius i rotacions. La influència de les llunes en els cultius**

**Pràctica. Manteniment de l'hort**

---

**Dilluns 21 d'octubre d'11 a 12 h i de 18 a 19 h**

**Dimarts 22 d'octubre d'11 a 12 h i de 18 a 19 h**

**Teoria. Tipus de reproducció: esqueixos, etc.**

**Pràctica: Fer esqueixos i sembra directa a les taules, fer llavorers. Manteniment de l'hort**

---

**Dilluns 28 d'octubre d'11 a 12 h i de 18 a 19 h**

**Dimarts 29 d'octubre d'11 a 12 h i de 18 a 19 h**

**Teoria. El reg: les necessitats de les plantes de l'hort i els tipus de reg. Cada quan regar.**

**Tipus d'encoixinat. Arrelant natural**

**Pràctica: Fer un arrelant d'àloe vera. Trasplantar llavorers. Manteniment de l'hort**

# ÍNDEX

## LA CIBA. PROGRAMACIÓ OCTUBRE 2024 (Pàg.2)

Dimarts 1 d'octubre. **CONCENTRACIÓ DE DENÚNCIA DELS FEMINICIDIS I LES VIOLÈNCIES MASCLISTES**

Dimecres 2 d'octubre. **FÒRUM DE POLÍTICA EXTERIOR FEMINISTA**. Trobada d'intercanvi d'experiències sobre els reptes de les polítiques feministes i les aliances locals i globals.

Dimecres 2 d'octubre. **DIMECRES INSÒLITS: DONES DEL MÓN DE LA INDUMENTÀRIA I DEL FIGURINISME**. LA CIBA INSÒLITA

Dijous 3 d'octubre. **COM NARRAR EL PATIMENT PSÍQUIC? TROBADA AMB MAR GARCÍA PUIG, AUTORA DE LA HISTÒRIA DELS VERTEBRATS**

Dijous 3 d'octubre. **Teatre espontani contemporani 'TEIXINT HISTÒRIES DE SOLIDARITAT'**

Divendres 4 d'octubre. **Conversatori 'TRENQUEM DESIGUALTATS! COMPARTIM LES NOSTRES EXPERIÈNCIES'**

Divendres 4 d'octubre. **Taller formatiu: PREVENCIÓ I ATENCIÓ A LA MUTILACIÓ GENITAL FEMENINA**

Dimecres 9 d'octubre. **DIMECRES INSÒLITS. LA CIBA INSÒLITA. TALLER DE TOCATS I BARRETS**

Dimecres 9 d'octubre. **Taula rodona en línia: "LA CULTURA DE LA VIDA: DONES, CULTURA DE PAU I MITJANS DE COMUNICACIÓ"**

Dimecres 9 d'octubre. **AULES ITINERANTS DE PENSAMENT CRÍTIC. LA CONSTRUCCIÓ, L'AVENIR DEL GÈNERE FEMENÍ.**

Divendres 11 d'octubre. **FESTA D'ANIVERSARI DE BOSC DE LLUM**

Dimecres 16 d'octubre. **ENXARXADES. SESSIÓ DE TREBALL EN XARXA PER A EMPRESÀRIES, EMPRENEDORES I PROFESSIONALS**

Dimecres 16 d'octubre. **DIMECRES INSÒLITS. TALLER D'ELABORACIÓ DE TITELLES D'OMBRES**

Divendres 18 d'octubre. **IV FÒRUM DE MUNICIPIS CERTIFICATS EN FAVOR DE LA IGUALTAT DE GÈNERE**

Dissabte 19 d'octubre. **REBROTA a la tardor. Jornada d'intercanvi d'esqueixos i llavors**

Dilluns 21 d'octubre. **LLIURAMENT DE DIPLOMES DE LA FORMACIÓ DESENVOLUPADORA WEB FULL STACK**

Dijous 24 d'octubre. **FEM LIDERATGE\_ Escola Feminista de Dones de CC.OO. de Catalunya**

Divendres 25 d'octubre. **28è FÒRUM FEDAIA. DESCONSTRUÏM LA INSTITUCIONALITZACIÓ. Atenció comunitària i preventiva per a infants i adolescents en situació de vulnerabilitat**

## FORMACIÓ (Pàg. 10)

Dijous 10 d'octubre. **Formació com a instructora de circulació amb bicicleta. Projecte "Totes en Bici"**

Inici a mitjans de novembre. **FORMACIÓ DE DESENVOLUPADORA WEB FULL STACK I CIBERSEGURETAT**

Divendres 25 d'octubre. **Formació en Feminisme CC00. Projecte Formatiu "ARA MATEIX"**

## TALLERS (Pàg. 12)

Dimarts 15 d'octubre a les 17 h / Dimarts 22 d'octubre a les 10 h. **SESSIONS (IN)FORMATIVES SOBRE GRAMETICKET**

Divendres 26 d'octubre. **TALLER SOBRE PRIMERS AUXILIS A NADONS**

Dilluns 28 d'octubre de 17.30 a 19.30 h. **GRUP DE CRIANÇA POSITIVA**

Tots els dilluns. **GRUP DE DONES AMB FIBROMIÀLGIA**

Dilluns de 18 h a 20 h. **TALLER DE TEATRE DOCUMENTAL**

Tots els dijous al matí de 9 h a 13 h. **CLUB DE FEINA**

Tots els dijous de 17 a 19 h. **TAULA OBERTA DE CONFECCIÓ**

Tots els dijous. **ENTREFILS. ESPAI OBERT DE DONES TEIXIDORES**

# ÍNDEX

Dimarts 15, 22 i 29 d'octubre. **CERCLE DE DONES**

Tots els dimarts. **GRUP DE DONES DEL CLUB SOCIAL GRAMENET**

5 sessions del Grup de Crianga Positiva.

**DILLUNS 11 DE NOVEMBRE - Sessió 2: Ser-hi sense que es noti! Autoritat versus autoritarisme.**

**DILLUNS 25 DE NOVEMBRE - Sessió 3: Tenir conflictes no és tenir problemes. Superació dels conflictes: escolta activa i negociació.**

**DILLUNS 2 DE DESEMBRE - Sessió 4: Tots els actes tenen conseqüències. L'assumpció de responsabilitats i la convivència amb un/a adolescent.**

**DILLUNS 16 DE DESEMBRE Sessió 5: Es passa hores davant del mirall! La identitat i els entorns.**

Tots els dilluns. **El cafè dels dilluns. Espai de relació i trobada informal entre 'coworkers'**

## ACTIVITATS INFANTS I FAMILIARS (Pàg.17)

Dilluns 7, 21 i 28; dimarts 15 d'octubre. **LA TRIBU DE CRIANÇA**

Divendres 4, 11, 18 i 25 d'octubre. **LA TRIBU DE POSTPART: UN REFUGI DE SUPORT ENTRE MARES**

Divendres 11 i 25 (especial tardor) d'octubre. **JOC LLIURE COEDUCATIU**

Dimarts 22 d'octubre. **CRISPETES A LA CIBA. PROJECCIÓ DE LA PEL·LÍCULA "VALENTINA"**

Dimecres 30 d'octubre. **FESTA DE LA CASTANYADA 2024**

## EXPOSICIONS (Pàg.19)

Del 8 de setembre al 24 de novembre. **MANIFESTA 15**

## EL CENTRE DE DOCUMENTACIÓ RECOMANA (Pàg. 19)

Les nenes seran el que vulguin ser. Raquel Díaz Reguera. Lumen

## L'HORT DE LA CIBA: "VERDE QUE TE QUIERO VERDE" (Pàg. 20)

Dilluns 7 / 8 d'octubre .

**Teoria.** La sembra. Sembrar amb èxit

**Pràctica.** Fer llavorers. Manteniment de l'hort

Dilluns 14 /15 d'octubre .

**Teoria.** Associacions de cultius i rotacions. La influència de les llunes en els cultius

**Pràctica.** Manteniment de l'hort

Dilluns 21 /22 d'octubre .

**Teoria.** Associacions de cultius i rotacions. La influència de les llunes en els cultius

**Teoria.** Tipus de reproducció: esqueixos, etc.

**Pràctica:** Fer esqueixos i sembra directa a les taules, fer llavorers. Manteniment de l'hort

Dilluns 28 /29 d'octubre .

**Teoria.** El reg: les necessitats de les plantes de l'hort i els tipus de reg. Cada quan regar. Tipus d'encoixinat. Arrelant natural

**Pràctica:** Fer un arrelant d'àloe vera. Trasplantar llavorers. Manteniment de l'hort.



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

