



La  
CIBA

ESPAI DE RECURSOS  
PER A DONES, INNOVACIÓ  
I ECONOMIA FEMINISTA

*"Ignorem la nostra veritable alçada  
fins que ens posem dempeus."*

Emily Dickinson

# PROGRAMACIÓ GÈNER 2024



SUBSCRIU-TE AL  
NOSTRE BUTLLETÍ

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



RECORDA 26/01

## Dia Internacional de l'Educació Ambiental

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

**Divendres 19 de gener**

### "LA VIOLÈNCIA DE GÈNERE EXISTEIX I LA COMBATEM", CONFERÈNCIA A CÀRREC DE LÍDIA GUINART

18 h La CIBA

En un món en constant evolució, és essencial reconèixer que la violència de gènere no només existeix, sinó que també hem d'afrontar-la de manera conjunta.

En aquesta conferència, Lídia Guinart, periodista, escriptora i diputada, explora la realitat de la violència de gènere en la societat actual i n'analitza les diverses manifestacions i conseqüències, i, més important encara, explica com les comunitats, activistes i professionals estan treballant incansablement per combatre-la.

Una oportunitat per aprendre, reflexionar i unir forces en la lluita contra aquesta problemàtica.

**Organitza:** Coordinadora d'Associacions de Dones de Santa Coloma.

**Inscripció a:** Grameticket



**Dimarts 23 de gener**

### Projecte Camí Lila. Una manera de conèixer la història de la nostra ciutat narrada per i per a nosaltres

D'11 h a 13 h. Activitat presencial. La CIBA

Des de La Ciba, volem impulsar el projecte Camí Lila. Una iniciativa per construir plegades diferents rutes feministes per Santa Coloma, en les quals les dones referents de la nostra ciutat siguin les pro-

tagonistes. Un projecte que vol convidar a la participació i col·laboració de totes les entitats socials i de dones de Santa Coloma. Amb la col·laboració de la Comissió de Drets de la Fundació Tallers i altres persones referents de la nostra ciutat, construirem plegades un camí lila per reconèixer i visibilitzar dones referents de la ciutat al llarg de la història.

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

**Hi Col·labora:** Comissió de Drets de la Fundació Tallers.

**Dimarts 23 de gener**

### CICLE DE DONES ESCRIPTORES

A les 18 h. Activitat presencial. La CIBA (Centre de Documentació)

Obrim l'any amb el compromís de donar veu a les talentoses dones escriptores de Santa Coloma de Gramenet! El mes de gener, La CIBA s'enorgulleix de presentar el cicle "Dones Escriptores", un cicle dedicat a ressaltar la creativitat literària de les autores locals.

En aquest exclusiu cicle de presentació de llibres, les dones escriptores de la nostra ciutat tindran l'oportunitat única de compartir les seves obres, experiències i perspectives. Creiem en la importància d'oferir un espai on la diversitat de veus femenines s'escolti i celebri.

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

**Inscripció a:** Grameticket



**Dijous 25 de gener**

### DIÀLEGS. EINES PER A UNES POLÍTIQUES PÚBLIQUES D'IGUALTAT DE GÈNERE

A les 18 h. Activitat presencial. La CIBA

Iniciem aquest Cicle de Diàlegs, organitzat conjuntament amb el Col·legi Professional de la Ciència Política i la Sociologia de Catalunya, amb una sessió inaugural en la qual abordarem la importància d'incorporar la perspectiva de gènere als pressupostos públics.

**Organitza:** COLPIS, Col·legi Professional de la Ciència Política i la Sociologia de Catalunya

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

**Inscripció a:** Grameticket



Divendres 26 de gener

## Presentació del Calendari de les Dones 2024 "dones STEAM"

18 h La CIBA

Aquesta iniciativa, impulsada per l'Ajuntament des de l'any 2001, té l'objectiu de donar visibilitat i reconeixement a les dones colomenques, i de posar en valor la seva aportació en els diferents àmbits socials. El Calendari 2024 està dedicat a les "dones STEAM", dones vinculades amb les disciplines de ciència, tecnologia, enginyeria, arts i matemàtiques.

Podreu recollir el vostre calendari, totalment gratuït, a La CIBA.

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

Divendres 26 de gener (data pendent de confirmar)

## Treball monogràfic sobre Violències Digitals del Circuit Local de Violències de Santa Coloma de Gramenet

A les 12 h. Activitat presencial. La CIBA

El pla de treball del Circuit Local de Violències Masclistes de Santa Coloma inclou diferents sessions destinades a profunditzar en temes concrets al voltant de les violències masclistes, la seva anàlisi i el seu abordatge. La sessió del mes de gener va destinada a formes emergents de violència masclista, especialment les violències digitals.

La sessió està destinada als membres del Circuit Local, professionals de l'Ajuntament i entitats. També està oberta a aquelles persones amb interès per la matèria, que caldrà que escriguin un correu a correu a [lacibainfo@gramenet.cat](mailto:lacibainfo@gramenet.cat).

**Organitza:** La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista amb la col·laboració del Circuit Local de Violències.

## CURSOS DE CATALÀ

Dilluns i dimecres al matí i a la tarda, a partir del 8 de gener

Activitat presencial. La CIBA

Aquesta és l'oferta de cursos per al primer trimestre de l'any 2024:

## FORMACIÓ

**Horari de matí:**

### Curs de català bàsic

**Nivell BÀSIC 2:** adreçat a persones adultes que comencen a estudiar català i que saben el castellà.

Dilluns i dimecres de 9.30 a 11.30 h

### Curs de català bàsic

#### Cuina saludable en català

**Nivell BÀSIC 1:** adreçat a persones adultes que comencen a estudiar català i que saben el castellà.

Aquest curs combinarà la teoria amb la pràctica al taller de cuina de La CIBA.

Dilluns i dimecres d'11.45 a 13.45 h

**Horari de tarda:**

**Eix temàtic:** dones protagonistes de Santa Coloma que han destacat en diversos àmbits de la vida i han aportat reconeixement, saviesa i millores a la ciutat.

### Curs de català bàsic

**Nivell BÀSIC 2:** adreçat a persones adultes que comencen a estudiar català i que saben el castellà.

Dilluns i dimecres de 17 a 19 h

### Curs de català bàsic

**Nivell BÀSIC 2:** adreçat a persones adultes que comencen a estudiar català i que saben el castellà.

Dilluns i dimecres de 19 a 21 h

**Organitza:** CNL L'Heura de Santa Coloma de Gramenet i La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista.





Dijous 11, 18 i 25 de gener

## DonesTIC. CÀPSULES FORMATIVES EN L'ÀMBIT DIGITAL PER A DONES

De 9.30 h a 13.30 h. Activitat presencial. La CIBA

Encetem l'any formant-nos en l'àmbit digital, gràcies a les càpsules DonesTIC. El nou any ens porta l'energia que ens cal per aprendre més sobre aquest àmbit.

DonesTIC són càpsules independents, podeu apuntar-vos a les que us interessin:

11 de gener: **Els tràmits en línia del dia a dia**

18 de gener: **Estils de vida saludable**

25 de gener: **La gestió emocional**

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

**Inscripció a:** Grameticket



## Formació àmbit digital - Programa ADA

Millora de les competències digitals per a dones

A partir de gener de 2024

La CIBA i Grameimpuls ofereixen diverses formacions de l'àmbit digital per a dones en situació de recerca de feina o que vulguin millorar les seves competències digitals. L'objectiu d'aquestes formacions és impulsar l'emprenedoria, millorar l'ocupació femenina i reduir la bretxa digital de gènere.

Les dones interessades han d'estar inscrites a les oficines de treball del Servei Públic d'Ocupació de Catalunya (SOC) i complir els requisits de nivell formatiu que s'exigeix per a algunes de les formacions.

Les formacions són gratuïtes i tenen una durada de 40 h.

### Cursos programats durant el mes de gener a La CIBA:

» **Iniciació a la creació i edició de textos.** Amb aquesta formació aprendreu a utilitzar les eines bàsiques que proporciona un processador de textos per a la creació i edició de diferents tipus de documents textuais. Del 15 al 26 de gener, de dilluns a divendres de 9.30 a 13.30 h.

» **Word avançat.** Aquest curs us permetrà elaborar documents mitjançant l'aplicació ofimàtica del processador de textos, gestionar taules, gràfics, organigrames i diagrames, crear referències en els documents, utilitzar documents mestres i macros, combinar correspondència, treballar amb altres aplicacions i distribuir documents des d'HTML. Del 29 de gener al 9 de febrer, de dilluns a divendres de 9.30 a 13.30 h.

» **Creació de continguts digitals.** Formació per crear continguts digitals senzills en diferents formats, utilitzant les funcionalitats bàsiques de les eines digitals i reconèixer el llenguatge computacional i l'aplicació de la tecnologia digital en la fabricació d'objectes. Del 29 de gener al 7 de febrer, de dilluns a divendres de 9.30 a 14.30 h.

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

**Inscripcions a:** Grameimpuls — Can Xiquet. C/ Rafael de Casanovas, 40 — Tel. 934661565

## 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.

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

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



## CLUB DE FEINA

Tots els dijous al matí de 9 h a 13 h  
Activitat presencial. La CIBA

Si sou dones i esteu buscant feina, voleu fer un gir en la vostra carrera professional o necessiteu suport per redactar o actualitzar el vostre currículum, veniu els dijous a La CIBA. Us oferim un espai de recerca de feina i formacions, 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.



## CERCLE DE DONES

Dimarts 16, 23 i 30 de gener  
De 19.00 a 21.00 h  
Activitat presencial (La CIBA)  
De gener a juny

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](mailto:raizvioletabcn@gmail.com)  
A càrrec de Raíz Violeta  
**Organitza:** Raíz Violeta. La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista.



## CERCLE COMPARTIM VIDA

Divendres 12 i 26 de gener  
De 10.00 a 12.00 h  
Activitat presencial (La CIBA)  
De gener a març

Espai grupal de participació i aprenentatge per promoure l'envelliment saludable i les relacions socials, al voltant de la salut, el benestar emocional, la cultura i l'oci. Programa d'activitats adreçades a persones adultes (més de 60 anys).

A càrrec de l'Associació Ajudam-Predegent

**Mes informació:** [info@associacioajudam.cat](mailto:info@associacioajudam.cat) o al telèfon 93 468 45 50 (matins)

**Organitza:** Associació Ajudam amb la col·laboració de la Coordinadora de Dones de Santa Coloma de Gramenet i La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista.

## TALLER DE PREVENCIÓ DE L'ASSETJAMENT ESCOLAR PER A FAMÍLIES. ASSETJAMENT ESCOLAR I ADOLESCÈNCIA

18 de gener de 17.30 h a 19.30 h

### Objectius:

Identificar les situacions d'assetjament i cyberassetjament.  
Compartir dubtes, preguntes, reflexions i eines pràctiques.  
Sensibilitzar sobre l'assetjament escolar.  
Apropar-nos a la realitat de les i els adolescents per millorar la comunicació i comprensió mútua.

**Organitza:** SOAF (Servei d'Orientació i Acompanyament per a Famílies). Impartida per Candela.

Col·labora La CIBA.

**Inscripcions:** [grameticket.cat](http://grameticket.cat)

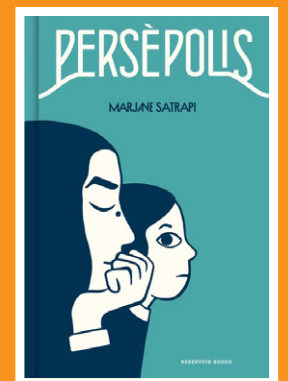


### EL CENTRE DE DOCUMENTACIÓ RECOMANA:

## Persèpolis

Marjane Satrapi. Reservoir books

Persèpolis ens explica com va anar la revolució islàmica iraniana des de la perspectiva d'una nena que contempla amb estupor el canvi profund que experimenten el seu país i la seva família, mentre ella ha d'aprendre a portar el vel. Intensament personal i profundament polític, el relat autobiogràfic de Marjane Satrapi examina què vol dir créixer en un ambient de guerra i repressió.



## La tribu de criança

Dilluns 8, 15, 22 i 29 de gener

De 17.00 h a 19.00 h

Activitat adreçada a famílies amb infants de 0-3

Activitat presencial. La CIBA (sala corporal)

Us proposem un espai segur per compartir la vostra criança 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 venir sols si ho preferiu.

No cal inscripció prèvia.

A càrrec d'Inimba Maternitat i Gramamás

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

## Xerrada en família: "L'OSTEOPATIA INFANTIL: acompanyament en el creixement del nadó i la infantesa tant en l'àmbit preventiu com en la patologia instaurada"

Dimarts 16 gener a les 17.30 h

Activitat adreçada a famílies amb infants de 0-3 anys

Activitat presencial. La CIBA

La infància és l'etapa sensible de major canvi en l'estructura i els sistemes corporals; per tant, qualsevol influència externa o interna en condicionarà el creixement correcte. L'osteopatia pot detectar zones disfuncionals que poden dificultar el desenvolupament de l'infant en qualsevol àmbit i prevenir la instauració de possibles problemes futurs.

Inscripcions a <https://grameticket.cat/>

A càrrec de Raquel Alonso Garcia

**Organitza:** Gramamás.

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



Dimarts 16 de gener

## Descoberta de jocs de taula

De 17.30 a 19 h. Centre de Documentació de La CIBA

Veniu a descobrir, al Centre de Documentació de La CIBA, tot un munt de jocs de taula coeducatius, infantils i familiars! Un dimarts al mes, ens trobarem a aquest espai per tal de donar a conèixer els

diferents jocs dels quals disposem. Trobareu una companya que dinamitzarà l'espai per gaudir-los al màxim. Podeu jugar aquí o emportar-vos els que més us agradin en préstec.

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

**Inscripció a:** Grameticket



## Xerrada en família: "Com acompanyar el moviment lliure durant el primer any de vida"

Dijous 25 gener. A les 17.30 h

Activitat adreçada a famílies amb infants de 0-3 anys

Activitat presencial. La CIBA

Els nadons tenen la capacitat innata de poder desenvolupar de manera natural la seva motricitat. Sovint només necessiten confiança i paciència per part de les seves famílies. En aquest taller explicarem les fases del desenvolupament motriu durant el primer any de vida i com acompanyar amb respecte els ritmes de cadascun/a, quins materials afavoreixen o dificulten l'adquisició de l'autonomia o com podeu organitzar la vostra llar per afavorir el moviment lliure del vostre fill o filla.

Inscripcions a <https://grameticket.cat/>

A càrrec d'Elisabet Sánchez, mare, mestra d'educació infantil, psicomotricista i formada a d'educació viva. [@Esenciademamaestra](https://twitter.com/Esenciademamaestra)

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



Dimarts 30 de gener

## Hi havia una vegada: Arturo y Clementina

18 h Centre de Documentació de La CIBA

Dintre de les activitats del Centre de Documentació de La CIBA, aquest gener comencem una iniciativa comunitària en la qual homes i dones de la ciutat de Santa Coloma de Gramenet ens explicaran un conte coeducatiu. Aquesta vegada serà la Maite Roig, una de les ànimes de l'equip de la Magrana Curiosa, qui donarà veu a la història Arturo y Clementina de l'escriptora Adela Turin.

**Inscripció a:** Grameticket



Del 2 al 31 de gener de 2024

## Exposició: "Santa Coloma violeta: la força de les dones"

### La CIBA

L'exposició "Santa Coloma violeta: la força de les dones" ve determinada per la celebració dels vint-i-cinc anys de la creació de la Coordinadora d'Associacions de Dones de Santa Coloma de Gramenet i pel necessari reconeixement a les dones de la ciutat i el seu apoderament. D'aquesta manera es potencia la construcció d'una millor ciutat per a tothom, en la qual les dones tenen un paper essencial.

L'exposició està organitzada a partir de diferents materials fotogràfics i documentals en els quals es treballen temes tan importants i rellevants com són la transformació de la ciutat, la força de les dones als barris, el feminisme, els grups de dones del barri, la creació de la Coordinadora d'Associacions de Dones de Santa Coloma de Gramenet i l'element intergeneracional i transfronterer que permetrà traslladar tota la lluita feta fins ara perquè les noves generacions la mantinguin i n'impulsin d'altres que ajudin a fer de la ciutat un entorn millor.

**Organitza:** La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista. Coordinadora de Dones de Santa Coloma de Gramenet.

Del 12 de desembre al 31 de gener

## ARPILLERES: "DONES DISRUPTIVES"

### La CIBA

Exposició d'arpillers "Dones disruptives", un recorregut per les històries, individuals i col·lectives, de dones que es van atrevir a trencar motlles, a enfrontar-se al seu entorn per aconseguir canviar el que consideraven injust.

En aquestes arpillers veiem plasmada la valentia de dones reconegudes a través de la història com Rosa Parks, Frederica Montseny o Marie Curie. I també la valentia de dones anònimes; persones que, en el dia a dia de la nostra societat, fan trencaments i transformen l'entorn, i lluiten pels drets humans. L'exposició es podrà veure fins al 31 de gener a La CIBA, a la Sala Infantil de la planta 0.

**Organitza:** Fundació Ateneu Sant Roc amb la col·laboració de La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista.

Del 13 de desembre al 31 de gener

## Exposició artística per la campanya de sensibilització contra el racisme "JO NO SOC RACISTA, PERÒ..."

### La CIBA

Després de la primera edició de la campanya de sensibilització "Jo soc racista, però..." on adolescents i joves del Casal dels Infants van indagar i reflexionar sobre els estereotips i prejudicis del racisme, en

aquesta edició s'han proposat fer una exposició artística de la seva mirada cap al racisme i la interculturalitat.

A càrrec d'Els Casals Joves i Centres Oberts Adolescents del Casal dels Infants (COA Santa Coloma, COA Raval, COA Besòs-Maresme, CJ Santa Coloma, CJ Raval i CJ Badalona).

**Organitza:** Els Casals Joves i Centres Oberts Adolescents del Casal dels Infants (COA Santa Coloma, COA Raval, COA Besòs-Maresme, CJ Santa Coloma, CJ Raval i CJ Badalona). La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista.

Del 14 de desembre a finals de gener

## Exposició fotogràfica: "S.O.S"

### La CIBA

Exposició fotogràfica i il·lustrativa de les emocions dels joves que participen a l'hospital de dia d'adolescents de Sta. Coloma en relació a tres moments vitals de la seva vida: passat, present i futur.

A càrrec de l'hospital de dia d'adolescents de la Fundació Vidal i Barraquer

**Organitza:** L'hospital de dia d'adolescents de la Fundació Vidal i Barraquer. La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista.

Del 9 de gener al 12 de febrer

## Exposició "Dones de ciència"

(En el marc del Dia Internacional de les Dones i les Nenes en la Ciència)

Aquesta exposició pretén reconèixer les aportacions que han fet les primeres dones científiques i tècniques, dones que, des de les seves posicions, van transformar i transformen les fronteres dels espais tradicionalment assignats a homes.

**Organitza:** Santa Coloma Ciutat Universitària.

**Hi col·labora:** La CIBA

---

## 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 on compartirem sabers i coneixement amb la dinamització de la Nerea Irigorri, del Jardí Medicinal Amalur.

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

---

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

---

**Dimarts 2 de gener, d'11 a 12.30 h i de 18 a 19.30 h**

**Teoria. L'agroecologia i el consum responsable. La sostenibilitat al plat**

**Pràctica.** Tasques de l'hort

---

**Dimarts 9 de gener, d'11 a 12.30 h i de 18 a 19.30 h**

**Teoria. Cuida el clima des de la teva cuina**

**Pràctica.** tasques de l'hort. Elaboració d'una recepta de temporada i tast

---

**Dimarts 16 de gener, d'11 a 12.30 h i de 18 a 19.30 h**

**Teoria. Els cultius de temporada i la importància de les varietats locals**

**Pràctiques.** Tasques de l'hort

---

**Dimarts 23 de gener, d'11 a 12.30 h i de 18 a 19.30 h**

**Teoria. Per què produir les nostres pròpies llavors?, Obtenció, recol·lecció i conservació de llavors** (1a part)

**Pràctica.** Tasques de l'hort

---

**Dimarts 30 de gener, d'11 a 12.30 h i de 18 a 19.30 h**

**Teoria. Per què produir les nostres pròpies llavors?, Obtenció, recol·lecció i conservació de llavors** (2a part)

**Pràctica.** Tasques de l'hort. Elaboració d'un banc de llavors de varietats locals

Tasques de l'hort: preparació del substrat, sembrar, trasplantar, fer llavorer, regar, desherbar, preparació i aplicació d'extractes, posar tutors, podar, recol·lectar, manteniment de les instal·lacions, extracció de llavors, conservació de llavors... i elaboració de la cistella solidària.

*"Ignorem la nostra veritable alçada  
fins que ens posem dempeus."*

Emily Dickinson



# PROGRAMACIÓ GÈNER 2024



Ajuntament  
de Santa Coloma  
de Gramenet



ESPAI DE RECURSOS  
PER A DONES, INNOVACIÓ  
I ECONOMIA FEMINISTA



<https://laciba.gramenet.cat>



Generalitat de Catalunya  
Departament d'Igualtat  
i Feminismes



CORRESPONSABLES



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE IGUALDAD