

# PROGRAMACIÓ

# MARÇ 2025

La  
CIBA

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  
lacibainfo@gramenet.cat



"YO NO SOY ESA QUE TÚ  
TE IMAGINAS."

Mari Trini



## EFEMÈRIDES

04/03:

INAUGURACIÓ DE LA CIBA (5È ANIVERSARI)

08/03:

DIA INTERNACIONAL DE LES DONES

10/03:

DIA INTERNACIONAL DE LES JUTGESSES

20/03:

DIA INTERNACIONAL DE LA FELICITAT

21/03:

DIA INTERNACIONAL PER A L'ELIMINACIÓ  
DE LA DISCRIMINACIÓ RACIAL

30/03:

DIA INTERNACIONAL DES LES  
TREBALLADORES DE LA LLAR

31/03:

DIA INTERNACIONAL DE LA VISIBILITAT TRANS



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 MARÇ 2025

Tots els dimarts

**Vine a fer CIMBA a la CIBA!**

**Dimarts de 9.15 a 10.45 h**

**Activitat presencial. La CIBA**

Inscripció a:



Continuem amb les sessions de CIMBA iniciades el mes de febrer, guiades per l'alumnat de l'IES La Bastida, per a totes aquelles persones que han formalitzat la reserva a través de Grameticket. Vols posar-te en forma i cuidar el teu benestar? Et convidem a unir-te a nosaltres! Gaudiràs d'una estona divertida mentre treballem la mobilitat, la flexibilitat i la força a través del Zumba i l'entrenament funcional. No t'ho perdís!

**Important:** portar roba i calçat còmodes.

**A càrrec** de l'alumnat de 2n curs del CFGS de Condicionament físic, de l'Institut La Bastida.

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

## FORMACIÓ

Dimarts 4 de març

**SESSIÓ INFORMATIVA SOBRE L'ESPAI DE COWORKING LA CIBA**

**A les 13 h. Sala reunions del coworking**

En aquesta sessió informativa parlarem del propòsit del *coworking*, els diferents espais que hi haurà, les activitats que s'hi faran, com s'utilitzaran i de com fer la sol·licitud per poder gaudir d'aquest servei.

T'interessa?

No t'ho pensis i apunta-t'hi!

Adreçat a totes les persones i entitats interessades a fer ús del servei/espai del *coworking* de La CIBA.

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

Dilluns 17 de març

## 1a SESSIÓ INFORMATIVA SOBRE LA FORMACIÓ PROFESSIONALITZADORA EN CONFECCIÓ TÈXTIL (380 h)

De 10 a 12 h. Activitat presencial. La CIBA

Inscripció a:



Vols treballar com a confeccionista de roba? T'agrada cosir i t'interessa obtenir una certificació oficial per acreditar les teves competències i accedir al mercat laboral?

La CIBA t'ofereix una formació gratuïta de **380 hores en confecció tèxtil**, en la qual aprendràs tot el que cal per inserir-se en el sector. Aquesta formació inclou 5 mòduls, des de l'ús de materials i eines fins a l'atenció al client, i finalitza amb pràctiques en empresa.

**Requisits:** saber llegir i escriure, mínim en alguna de les llengües oficials a Catalunya, castellà o català.

**Vine a la sessió informativa i descobreix-ne tots els detalls!**

A càrrec de Fundació ARED

**Organitza:** La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista, en col·laboració amb Fundació ARED.

Dimecres 19 de març

## 2a SESSIÓ INFORMATIVA SOBRE LA FORMACIÓ PROFESSIONALITZADORA EN CONFECCIÓ TÈXTIL (380 h)

De 10 a 12 h. Activitat presencial. La CIBA

Inscripció a:



Vols treballar com a confeccionista de roba? T'agrada cosir i t'interessa obtenir una certificació oficial per acreditar les teves competències i accedir al mercat laboral?

La CIBA t'ofereix una formació gratuïta de **380 hores en confecció tèxtil**, en la qual aprendràs tot el que cal per inserir-se en el sector. Aquesta formació inclou 5 mòduls, des de l'ús de materials i eines fins a l'atenció al client, i finalitza amb pràctiques en empresa.

**Requisits:** saber llegir i escriure, mínim en alguna de les llengües oficials a Catalunya, castellà o català. Vine a la sessió informativa i descobreix-ne tots els detalls!

A càrrec de Fundació ARED

**Organitza:** La CIBA, espai de recursos per a dones, innovació i economia feminista, en col·laboració amb Fundació ARED.

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

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



## TALLERS

Tots els dilluns

### GRUP DE DONES AMB FIBROMIÀLGIA

De 18 a 19 h. La CIBA

Si estàs afectada per fibromiàlgia o fatiga crònica i ho vols compartir, t'estenem la mà i et convidem a les següents sessions:

- 3 de març, al taller per preparar el 8M, ens ho passarem genial!
- 17 de març, a un "PARLEM DE..." *La FIBROMIÀLGIA I EL DOLOR*
- 31 de març, una de les nostres XERRADES/CAFÈ per compartir una estona agradable en grup, que tant ens agrada!

També pots dirigir-te a nosaltres a través del nostre correu electrònic: [gmsantk@gmail.com](mailto:gmsantk@gmail.com)

**Organitza:** Grup de Dones amb Fibromiàlgia.

Diverses dates i horaris

## CURS BÀSIC 1 i 2 – APRENDRE A ANAR EN BICICLETA

Horari de matí o tarda (a escollir).

Punt de trobada a la parada del metro de Can Zam

Curs per aprendre a anar en bicicleta des de 0. Dirigit especialment a dones sense experiència prèvia amb la bicicleta. Inclou sessions d'aprenentatge pràctic enfocades a guanyar confiança en l'equilibri i la conducció.

Aquest curs es desenvolupa en segona fase del *Projecte Totes en Bici – Sustainable Cities Mobility Challenge*, una iniciativa europea que promou la mobilitat sostenible i inclusiva, amb un enfocament específic en l'empoderament de dones en situació de vulnerabilitat.

Diversos horaris:

- Curs bàsic 1: 04/03, 06/03, 11/03 i 13/03 de 10-12 h
- Curs bàsic 2: 17/03, 19/03, 24/03 i 26/03 de 16-18 h
- Curs bàsic 2: 18/03, 20/03, 25/03 i 27/03 de 10-12 h

Més informació:

<https://www.biciclot.coop/promocio-de-lus-de-la-bicICLETA-per-a-dones-i-families-a-santa-coloma-de-gramenet-amb-la-ciba/>  
<https://bycs.org/>  
<https://spain.climate-kic.org/>

**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.

Inscripcions a:



Tots els dimarts

## KIT D'INICIACIÓ A LA COSTURA

De 16 a 18 h

Estàs pensant a cosir i no saps per on començar? El nostre Kit d'Iniciació a la Costura és perfecte per a tu! En aquesta formació podràs adquirir les nocions bàsiques en confecció a mà i a màquina per poder fer arranjaments de roba i peces per a la llar.

Entrada lliure

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

**A càrrec de:** Fundació Ared

Tots els dimarts

## GRUP DE DONES DEL CLUB SOCIAL GRAMENET

De 16.30 a 18 h. 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.

Dimarts 4, 11, 18 i 25 de març

## CERCLE DE DONES

De 19 a 21 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 podràs connectar amb les teves experiències amb acompanyament grupal i intercanviar vivències que ens afecten directament com a dones. Un espai on podràs col·locar-te en el teu 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.



Dimarts 11 de març

## TALLER DE MECÀNICA BÀSICA

De 18 a 20 h. Activitat presencial. La CIBA

Taller de demostració en què es farà un repàs dels temes bàsics relacionats amb la mecànica i el manteniment de la bicicleta.

Podràs conèixer el perquè dels diferents tipus de bicis, aspectes ergonòmics, accessoris per a una circulació segura, eines necessàries... També aprendràs a tenir cura de la teva bici: neteja, oliar, estat de les rodes, frens i funcionament dels canvis, i a fer un diagnòstic i detectar avaries abans que siguin massa greus. Es farà una demostració d'alguna petita reparació, com per exemple una punxada.

Inscripcions a:



Aquest curs es desenvolupa en segona fase del **Projecte Totes en Bici – Sustainable Cities Mobility Challenge**, una iniciativa europea que promou la mobilitat sostenible i inclusiva, amb un enfocament específic en l'empoderament de dones en situació de vulnerabilitat.

**Més informació:**

<https://www.biciclot.coop/promocio-de-lus-de-la-bicicleta-per-a-dones-i-families-a-santa-coloma-de-gramenet-amb-la-ciba/>

<https://bycs.org/>

<https://spain.climate-kic.org/>

**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.

---

Tots els dimecres

## AULA OBERTA DE CONFECCIÓ

**De 17 a 19 h. Activitat presencial. La CIBA**

Saps cosir, però necessites una empenta per acabar el teu projecte? Vine a l'aula oberta i una persona experta et 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.

**Entrada lliure**

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

**A càrrec de:** Fundació Ared

---

Tots els dijous al matí de 9 a 13 h

## CLUB DE FEINA

**Activitat presencial. La CIBA**

Si estàs buscant feina, vols fer un gir en la teva carrera professional o necessites suport per elaborar o actualitzar el currículum, vine els dijous a La CIBA. T'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. Vine i obre la porta al teu nou futur!**

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

**No requereix inscripció.**

---

Tots els dijous

## ENTREFILS. ESPAI OBERT DE DONES TEIXIDORES

**De 18 a 20 h**

**Activitat presencial a La CIBA**

Estàs farta de teixir sola? T'agradaria compartir i enriquir-te amb la presència de dones que, com tu, els encanta teixir?

Les dones d'Entrefils t'esperem a La CIBA, tots els dijous a la tarda. Juntes teixirem xarxa!

**Sense inscripció prèvia**

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



Dissabte 15 de març

## SORTIDA FAMILIAR

De 10 a 13 h. Sortida de l'aparcament de Can Zam del carrer Victor Hugo

Inscripcions a:



Activitats familiars en grup per explorar Santa Coloma en bicicleta. Inclou rutes especials dissenyades per a mares amb filles/fills petits que ofereixen una oportunitat segura i divertida per connectar amb la ciutat.

Aquesta activitat es desenvolupa en segona fase del *Projecte Totes en Bici – Sustainable Cities Mobility Challenge*, una iniciativa europea que promou la mobilitat sostenible i inclusiva, amb un enfocament específic en l'empoderament de dones en situació de vulnerabilitat.

### Més informació:

<https://www.biciclot.coop/promocio-de-lus-de-la-bicicleta-per-a-dones-i-families-a-santa-coloma-de-gramenet-amb-la-ciba/>

<https://bycs.org/>

<https://spain.climate-kic.org/>

**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.

Dilluns 24 de març

## GRUP CRIANÇA POSITIVA

De 17.30 a 19 h

Activitat presencial (La CIBA)

De gener a juny

Cicle de **5 tallers per a mares i pares amb infants de 16 a 18 anys** on 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 desenvolupament dels fills i les filles.

**Sessió 1: "Saber fer, saber ser, saber estar... saber esperar."** Acompanyar, entendre i comprendre.

- Conèixer el moment evolutiu de l'adolescència tardana i les seves implicacions en la consolidació de la identitat personal, social i psicosexual dels fills i filles.
- Com acompanyar i ajudar la persona adolescent. Un acompanyament lateral.
- Incorporació de noves estratègies educatives.
- Reflexionar sobre com l'exercici de la criança positiva segueix basant-se en l'afecte i l'autoritat, i aprofundir en les 4 C: coherència, consistència, continuïtat i consideració.

## Taller a càrrec del SOAF (Servei d'Orientació i Acompanyament a les Famílies)

En col·laboració amb **La Menuda CIBA**, es pot demanar el servei de cangur, cal fer-ho amb 48 hores d'antelació per poder assegurar-se una plaça.

**Inscripció en el següent link:** <https://laciba.gramenet.cat/serveis/canguratge/>

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

**Atenció! Aquesta xerrada s'emmarca dins la proposta de 5 sessions del Grup de Criança Positiva.**

## ACTIVITATS INFANTILS I FAMILIARS

Dilluns 10, 17, 24 i 31 de març

### LA TRIBU DE CRIANÇA

De 17 a 19 h

Activitat adreçada a famílies amb infants de 0-3 anys

Activitat presencial. La CIBA (sala corporal)

Et proposem un espai segur per compartir la teva 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 pots venir sola si ho prefereixes.

**No cal inscripció prèvia.**

**A càrrec:** Nimba Maternitat i Gramamás

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

Divendres 7, 14, 21 i 28 de març

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

D'11 a 13 h

Activitat adreçada a famílies amb infants de 0-9 mesos

Activitat presencial. La CIBA (sala corporal)

Et proposem un espai segur per compartir les teves vivències en el postpart, acompanyada d'altres mares que estiguin vivint una situació similar. Un refugi de suport entre mares. Pots venir sola o amb el teu nadó.

**No cal inscripció prèvia.**

**A càrrec:** Noemí Conde i Gramamás

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

Dijous 20 de març

## MINDFULNESS INFANTIL

De 17.30 a 18.30h

Activitat adreçada a infants entre els 3 i els 6 anys

Activitat presencial. La CIBA.

Us proposem un espai de calma on, a través del joc, el moviment i la respiració, posarem en pràctica l'atenció plena i expressarem les nostres emocions.

**\*Necessari portar estoreta.**

**A càrrec de:** Rosario Criado.

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

Inscripció a:



Dissabte 29 de març

## JOC LLIURE COEDUCATIU (ESPECIAL GIRL POWER)

De 10.30 a 12 h

Activitat presencial. La CIBA (sala infantil)

Et proposem un espai 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.

Inscripció a:



## EXPOSICIONS

### DONES

La CIBA

"DONES" és una col·lecció de vint-i-dos pirogravats en els quals Carlos Andreu Gracia reflexiona sobre la situació de la dona, a la vegada que serveix com a homenatge a totes elles.

**Organitza:** Centre de Documentació de La CIBA.



"YO NO SOY ESA QUE TÚ TE IMAGINAS."

Mari Trini



EL CENTRE DE  
DOCUMENTACIÓ  
RECOMANA:

### *Diez mujeres*

**Marcela Serrano.**

**Alfaguara**



Un retrat implacable de l'ànima femenina per l'autora d'*El albergue de las mujeres tristes*.

Nou dones, molt distintes entre si i que no s'havien vist mai, comparteixen les seves històries. La Natasha, la seva terapeuta, ha decidit reunir-les amb la convicció que les ferides comencen a sanar quan es trenquen les cadenes del silenci.

No importa l'origen ni l'extracció social, l'edat o la professió: totes porten sobre les seves espatlles el pes de la por, la solitud, el desig i les inseguretats. A vegades davant d'un passat que no poden deixar enrere; unes altres, davant d'un present que no s'assembla al que haurien desitjat, o un futur que les espanta. Les protagonistes, mares, filles, esposes, vídues, amants, guiades per la Natasha, accepten el desafiament de comprendre i reinventar les seves vides.

Una novel·la que sorprèn, commou i deixa en suspens: una mirada reveladora i valenta a les relacions humanes en el món d'avui.



---

## 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 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 3 de març, d'11 a 12 h**

Teoria. **Per què produir les nostres pròpies llavors? Obtenció, recol·lecció i conservació de llavors (3a part)**

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

---

**Dimarts 4 de març, de 17 a 18 h**

Teoria. **Per què produir les nostres pròpies llavors? Obtenció, recol·lecció i conservació de llavors (3a part)**

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

---

**Dilluns 10 de març, d'11 a 12 h**

Pràctica. **Tasques de l'hort\***

---

**Dimarts 11 de març, de 17 a 18 h**

Pràctica. **Tasques de l'hort\***

---

**Dilluns 17 de març, d'11 a 12 h**

Teoria. **El compostatge**

Pràctica. **Tasques de l'hort\***

---

**Dimarts 18 de març, de 17 a 18 h**

Teoria. **El compostatge**

Pràctica. **Tasques de l'hort\***

---

**Dilluns 24 de març, d'11 a 12 h**

Teoria. **Els aliments i els seus pigments. Beneficis per a la salut**

Pràctica. **Tasques de l'hort\***

---

**Dimarts 25 de març, de 17 a 18 h**

Teoria. **Els aliments i els seus pigments. Beneficis per a la salut**

Pràctica. **Tasques de l'hort\***

---

**Dilluns 31 de març, d'11 a 12 h**

Teoria. **Els aliments i els seus pigments. Com fer tints naturals amb vegetals**

Pràctica. **Tasques de l'hort\***

\***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...

# ÍNDEX

---

## LA CIBA. PROGRAMACIÓ MARÇ 2025 (Pàg. 3)

Tots els dimarts. Vine a fer CIMBA a la CIBA!

---

## FORMACIÓ (Pàg. 3)

Dimarts 4 de març. **SESSIÓ INFORMATIVA SOBRE L'ESPAI DE COWORKING LA CIBA**

Dilluns 17 de març. **1a SESSIÓ INFORMATIVA SOBRE LA FORMACIÓ PROFESSIONALITZADORA EN CONFECCIÓ TÈXTIL (380 h)**

Dimecres 19 de març. **2a SESSIÓ INFORMATIVA SOBRE LA FORMACIÓ PROFESSIONALITZADORA EN CONFECCIÓ TÈXTIL (380 h)**  
Escola Abolicionista Internacional (EAI)

---

## TALLERS (Pàg. 5)

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

Diverses dates i horaris. **CURS BÀSIC 1 i 2 – APRENDRE A ANAR EN BICICLETA**

Tots els dimarts. **KIT D'INICIACIÓ A LA COSTURA**

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

Dimarts 4, 11, 18 i 25 de març. **CERCLE DE DONES**

Dimarts 11 de març. **TALLER DE MECÀNICA BÀSICA**

Tots els dimecres. **AULA OBERTA DE CONFECCIÓ**

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

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

Dissabte 15 de març. **SORTIDA FAMILIAR**

Dilluns 24 de març. **GRUP CRIANÇA POSITIVA**

---

## ACTIVITATS INFANTS I FAMILIARS (Pàg. 11)

Dilluns 10, 17, 24 i 31 de març. **LA TRIBU DE CRIANÇA**

Divendres 7, 14, 21 i 28 de març. **LA TRIBU DE POSTPART: UN REFUGI DE SUPORT ENTRE MARES**

Dijous 20 de març. **MINDFULNESS INFANTIL**

Dissabte 29 de març. **JOC LLIURE COEDUCATIU (ESPECIAL GIRL POWER)**

---

## EXPOSICIONS (Pàg. 13)

"DONES"

---

## CENTRE DE DOCUMENTACIÓ RECOMANA (Pàg. 15)

*Diez mujeres.* Marcela Serrano. Alfaguara

---

## L'HORT DE LA CIBA: "VERDE QUE TE QUIERO VERDE" (Pàg. 16)

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

Dilluns 3 de febrer.

Pràctica: **tasques de l'hort**

Dilluns 3 de març.

Teoria. **Per què produir les nostres pròpies llavors? Obtenció, recol·lecció i conservació de llavors (3a part)**

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

Dimarts 4 de març.

Teoria. **Per què produir les nostres pròpies llavors? Obtenció, recol·lecció i conservació de llavors (3a part)**

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

Dilluns 10 de març/ Dimarts 11 de març.

Pràctica. **Tasques de l'hort**

Pràctica. **Tasques de l'hort**

Dilluns 17 de març / Dimarts 18 de març.

Teoria. **El compostatge**

Pràctica. **Tasques de l'hort**

Dilluns 24 de març / Dimarts 25 de març.

Teoria. **Els aliments i els seus pigments. Beneficis per a la salut**

Pràctica. **Tasques de l'hort**

Dilluns 31 de març.

Teoria. **Els aliments i els seus pigments. Com fer tints naturals amb vegetals**

Pràctica. **Tasques de l'hort**

# PROGRAMACIÓ

# MARÇ 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

