

A stylized graphic featuring a dark blue silhouette of a building with a prominent vertical element and a curved arch above it. The text is positioned on the building's facade.

LLIBRE D'ESTIL
ATENEU L'HARMONIA

Índex:

0.	Introducció.....	1
1.	Imatge corporativa.....	2
1.1	Logotip	
1.2	Colors	
1.3	Tipografies	
2.	Cartelleria de programació.....	5
2.1	Programació mensual	
2.2	Cartell d'esdeveniments de l'Ateneu (propis de l'Ateneu)	
2.3	Cartell d'esdeveniments d'entitats i/o col·lectius (propis d'entitats que realitzen activitats a l'Ateneu)	
3.	Fulletó trimestral de cursos i tallers.....	15
3.1	Primavera	
3.2	Tardor	
3.3	Hivern	
3.4	Estiu	
4.	Cartelleria informativa de l'equipament.....	22
5.	Ús de les imatges.....	23
5.1.	Mida i aplicatius	
6.	Com ens comuniquem?.....	26
7.	Difusió.....	27
8.	Web.....	28

0. Introducció

La creació del llibre d'estil de l'Ateneu L'Harmonia neix de la necessitat de comunicar a la comunitat la nostra imatge corporativa i com l'apliquem al nostre dia dia, així com d'informar a entitats, col·lectius i veïnat què cal tenir en compte a l'hora de comunicar algun acte de l'Ateneu o en quin llenguatge ens comuniquem. El llibre d'estil és la guia que ens permet traduir la informació d'un acte al propi estil comunicatiu de l'Ateneu.

És el resultat d'un **procés treballat des de la comissió de comunicació** i traslladat a la resta d'òrgans de participació i decisió de l'Ateneu; en definitiva, a la comunitat Harmonia.

S'ha realitzat al llarg del darrer any, acabant-se de fer efectiu l'any 2018. Tot i així, no és un document hermètic i tancat, prestant-se a modificar algun apartat en cas de millora o canvi d'algun punt concret de la imatge corporativa.

El present llibre es compon de 8 capítols i s'estructura al voltant de **tres grans eixos**: imatge gràfica i la seva aplicació a la cartelleria de l'Ateneu, la web i el llenguatge que utilitzem a l'Ateneu per a comunicar-nos entre nosaltres i a les xarxes socials, així com en cartelleria i documents oficials.

Ens acompanyes a endinsar-te dins la imatge corporativa i gràfica de l'Ateneu? Comencem el viatge!

1. Imatge corporativa. Logotip de l'Ateneu, colors i tipografies

1.1 Logotip color i b/n:

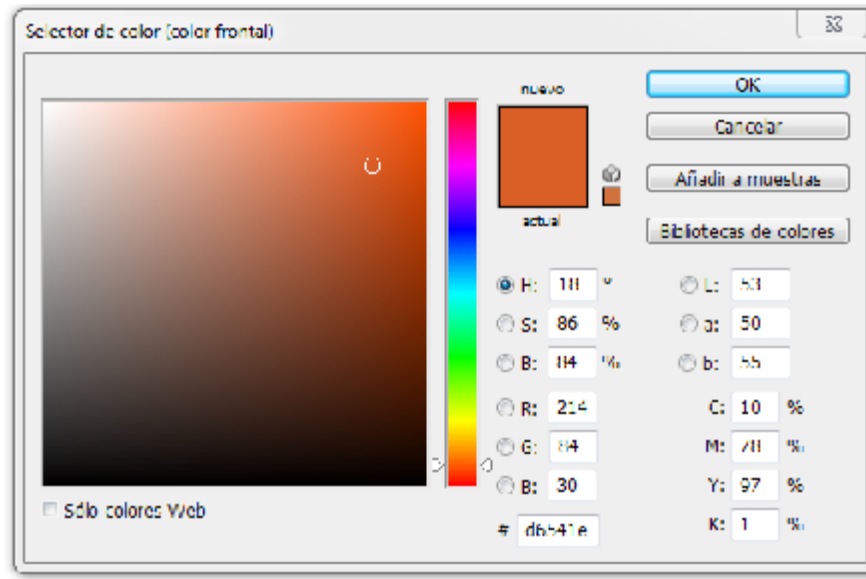


La mida dependrà de l'espai on es col·loca però sempre s'ha de mantenir la proporció:



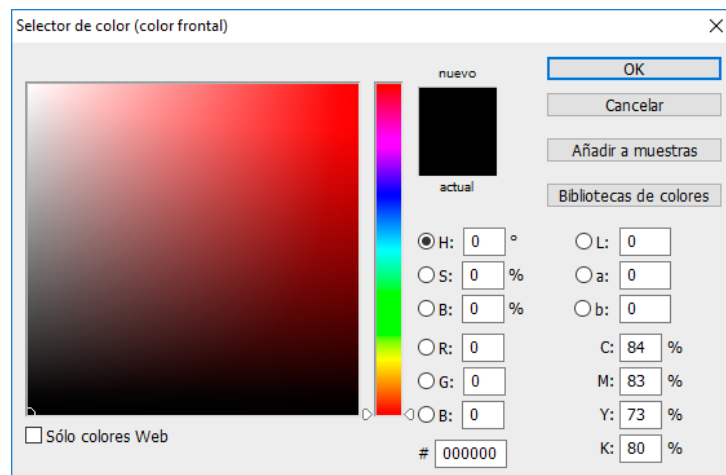
1.2 Colors:

El color principal que ens identifiquem és el taronja.

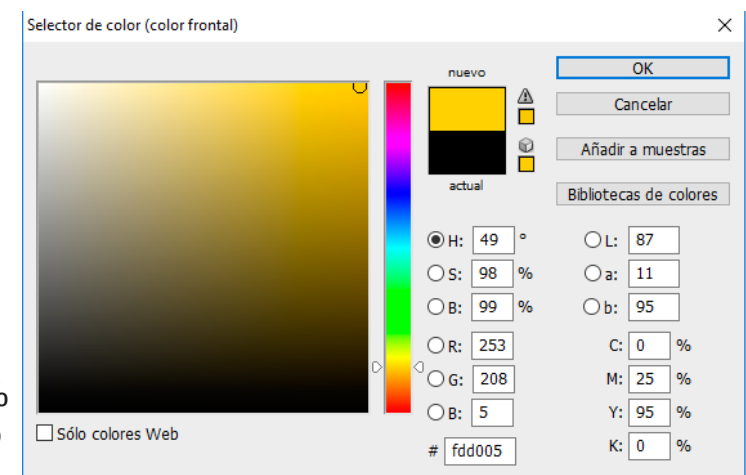


R 214 **C** 10%
G 84 **M** 78%
B 30 **Y** 97%
K 1%

Com a colors secundaris utilitzem el negre i el groc:



R 0 **C** 84%
G 0 **M** 83%
B 0 **Y** 73%
K 80%



R 253 **C** 0%
G 208 **M** 25%
B 5 **Y** 95%
K 0%

1.3 Tipografies:



Les lletres "L'Harmonia" corresponen al disseny que va fer la dissenyadora del logotip i, per tant, és una imatge.

La tipografia "Ateneu" és **Mistral**.



La tipografia utilitzada en presentacions i web és **PoplarStd- Black**.

L'Interlineat serà 0 i el color jugarem amb el negre i taronja intercalat.

Per documents, manifestos, octavetes i altres escrits utilitzarem la tipografia **Verdana** normal, la **bold** (negreta) per destacar algunes paraules i *itàlic* (cursiva) per web, adreces electròniques, per paraules escrites en altres idiomes, títols d'obres de creació (títols de discs, de llibres..) i per a cites.

2. Cartelleria programació

2.1 Programació mensual:
Cada mes de l'any té un color diferent.

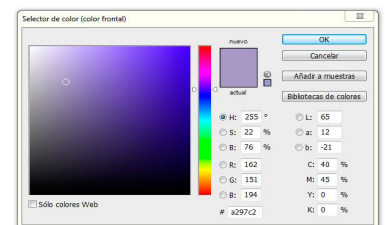
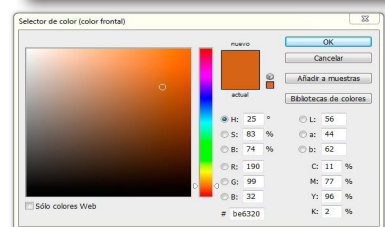
Treballarem tres mides diferents:

- **Fulletó** per a repartir en mà
(140x257mm)

- **Cartell** per a repartir a comerços
i llocs afins (205 x 405mm)

- **Poster** per a penjar a la porta d'entrada de l'Ateneu
(600x1100mm)

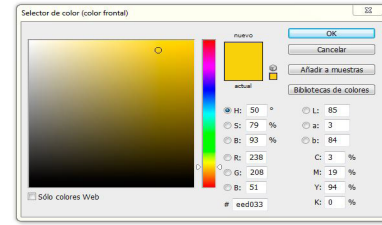
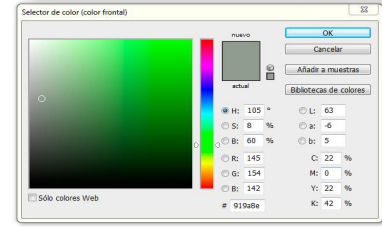
Gener



R 190
G 99
B 32
C 11%
M 77%
Y 96%
K 2%

R 162
G 151
B 194
C 40%
M 45%
Y 0%
K 0%

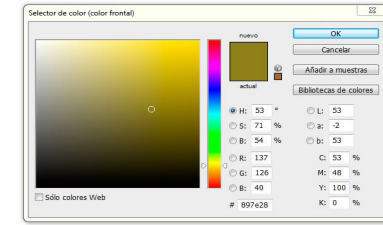
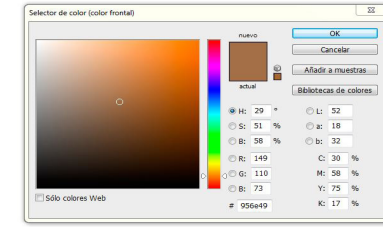
Febrer



R 145
G 154
B 142
C 22%
M 0%
Y 22%
K 42%

R 238
G 208
B 51
C 3%
M 19%
Y 94%
K 0%

Març



R 149
G 110
B 73
C 38%
M 58%
Y 75%
K 17%

R 137
G 126
B 40
C 53%
M 48%
Y 100%
K 0%

Ateneu L'HARMONIA Programació Cultural Abril 2017	
DEL 16 AL 20: INICIAMENTS D'19h Exposició de pintures: A. J.	17/04/17 19h Kerrada: 091 Catalunya respon - APV per a mobils <i>Organització: Aiguà</i>
DIUMENGE 16/04 Juguem en Harmonia: Jos Lluire	18/04/17 18h Cineforum: La voz humana <i>Organització: Generalitat d'Andorra</i>
DIUMENGE 16/04 Cervi, la muntanya icònica <i>Organització: AIG Catalana</i>	19/04/17 19h 120 anys de l'anèxion forçada de Sant Andreu de Palomar a Barcelona <i>Organització: Aiguà 2017</i>
DIUMENGE 16/04 Insurgència de l'Escola de salut per a gent gran <i>Organització: CAP Cassanov</i>	19/04/17 19h Kerrada: 29 anys de Panteres Grogues <i>Organització: Aiguà 1978</i>
JAMCS D'19h Jon Gessen Jaure <i>Organització: Taller de Música: Renteria i Lluixarria</i>	20/04/17 19h Concert feminista a La Mare
DIUMENGE 16/04 Cineforum: Out in the dark <i>Organització: DMC L'ETRE</i>	20/04/17 19h Cineforum: Las reglas ocultas del arte <i>Organització: Grup Pintors de Sant Andreu</i>
DIUMENGE 16/04 Cineforum: Out in the dark <i>Organització: DMC L'ETRE</i>	Juguem en Harmonia: Jos Lluire
DIUMENGE 16/04 Fernán Maguiness i Chalarit 50 "El trillado en la infancia"	21/04/17 18h Escola de salut per a gent gran: toga <i>Organització: CAP Cassanov</i>
DIUMENGE 16/04 La llei de transparència <i>Organització: AIG Sant Andreu</i>	22/04/17 17h Jocs Florals Companys de lletres <i>Organització: Club Social Gup (Reunió 1847)</i>
DIUMENGE 16/04 Escola de salut per a gent gran: L'exercici físic <i>Organització: CAP Cassanov</i>	23/04/17 18h Cineforum sobre Educació i República <i>Organització: CGP Sant Andreu</i>
DEL 16 AL 20	DIUMENGE 16/04 Juguem en Harmonia: Biblioteca
DIUMENGE 16/04 Nits Lluixarria: "Mousterri Roig, la memòria viva" amb Anna Torres i Mireia Gont	24/04/17 19h Silbalejos de un viejo castillo <i>Organització: Aiguà 1978</i>

16 de Abril del 2017
 (Programa Cultural i Cultural)
 Activitats: 19h 25h 40h 19h
L'HARMONIA

Totes les activitats són gratuïtes, excepte les indicades amb el preu.

[illegible]

Programació Cultural Juny 2017	
DE LA 1A AL 14 DE JUNY	DISSABTE 10 DE JUNY
Exposició: Espais indicados Fotografia de Francesc Galí	Teatre: ToCTo de Laurent Baffie Organització: Grup d'Intervenció Cultural i La Trilogia
DISSABTES 17 I 24 DE JUNY	DISSABTE 17 DE JUNY
Escola de Salut per a gent gran. Fisioteràpia: remeis casolans Organització: CIP Carrión	Concert de Punk Off amb Rude Pride i Els Canes
DISSABTES 17 I 24 DE JUNY	DISSABTES 17 DE JUNY
Audiodivulsals d'alta muntanya: Atlas, Toubkal i Mgoun Organització: Centre d'Alt	Cineforum Antiguetana: "El dolor invisible, el dolor incomprensible" Organització: Grup d'Intervenció Cultural
DISSABTES 17 I 24 DE JUNY	DISSABTES 17 DE JUNY
Concert amb The Crab Apples i Eduard Vega	Escola de Salut: DVA I PDA Organització: CIP Carrión i La Trilogia
DISSABTES 17 I 24 DE JUNY	DISSABTES 17 DE JUNY
Verenat debat: La guerra de Síria, què ens sabem al respecte? Organització: La Guàrdia	Cloneda de l'Escola de Salut per a gent gran: Les cançons inoblidables Organització: CIP Carrión
DISSABTES 17 I 24 DE JUNY	DISSABTES 17 DE JUNY
Xerrada: Assentiment, homofòbia i transfòbia en el món laboral Organització: GAC	Inauguració exposició itineràncies visibles
DISSABTES 17 I 24 DE JUNY	DISSABTES 17 DE JUNY
Concert: Sergi Blanch presenta Dies de Sal	Exposició: Itineràncies visibles
DISSABTES 17 I 24 DE JUNY	DISSABTES 17 DE JUNY
Fermapió cooperativa. Introducció a l'economia social i solidària Organització: Cooperativa d'Alt i Baix Sant Joan	Presentació del llibre: "Les Humaniatats" Organització: GAC
DISSABTES 17 I 24 DE JUNY	DISSABTES 17 DE JUNY
Escola de Salut per a gent gran: Sexualitat per a tots i totes Organització: CIP Carrión	Brindis de beveringuda a l'Esti Organització: Grup d'Intervenció Cultural
DISSABTES 17 I 24 DE JUNY	DISSABTES 17 DE JUNY
Presentació del documental "La revolució silenciosa" Organització: La Guàrdia	Cineforum: Turner al port Organització: Grup d'Intervenció Cultural i La Trilogia
DISSABTES 17 I 24 DE JUNY	DISSABTES 17 DE JUNY
3 Porquets in the house Organització: La Guàrdia	Cineforum: Breaking The Surface Organització: GAC

L'Harmonia
Programació Cultural
Juliol 2017

ESMAI 14 / 14h - Inauguració general

Taller: Cuina "Transpatoyos"
Pla. 12,30h a 1,30h (engranallat)
Preu: 10€ + 3,50€ (engranallat)

SEPTIEMBRE 5 / 16h - Inauguració general

Taller: Jocs de taula per petits i grans
Organitzat: Associació Lúdic Cultural D'Iniciació
Preu: gratuït

SEPTIEMBRE 12 / 16h

**Quatre de freqües -
Cicle de concerts a la fresca:
Les Koi-lantai**

14 JUNY 17 / 16h

**Quatre de freqües -
Cicle de concerts a la fresca:
Oriol Mela**

SEPTIEMBRE 19 / 16h - Inauguració general

**Taller: Sembla natura.
Microjardins de cactus i crasses
(preu gratuït)**

SEPTIEMBRE 26 / 16h - Tancada general

Teatre: Viscades
Organitzat: Grup de teatre del Servei de Tècniques i
Comunicació Sant Adrià

ESMAI 15 / 18h - Inauguració general

Taller: Angla per viatjar
Preu: gratuït

ESMAI 22 / 16h

**Inauguració de l'exposició:
Dones de Cuba**
A càrrec de: Raülita Viqueira

SEPTIEMBRE 27 / 16h

**Quatre de freqües -
Cicle de concerts a la fresca:
Kinsale**

14 JUNY 17 / 16h - Inauguració general

Taller: Emorzars saludables
Preu: 10€ + 3,50€ (engranallat)
Preu gratuït: 10€ + 3,50€ (engranallat)

14 JUNY 17 / 16h

**Quatre de freqües -
Cicle de concerts a la fresca:
Edward Gera**

SEPTIEMBRE 27 / 16h

Cineforum: Murillo 400
Organitzat: Grup de Teatre de Sant Adrià

Totes les activitats són gratuïtes. Si us
plau, feu arribar les vostres peticions.

c/ Sant Adrià, 20
07001 SANT ADRIÀ DE CÒRDOBA
www.lharmonia.es
91 254 40 85

L'Harmonia

Selector de color (color frontal)

OK

Cancelar

Añadir a muestras

Bibliotecas de colores

nuevo

actual

H: 267 °

S: 26 %

L: 61

a: 19

b: -22

C: -41 %

M: 55 %

Y: 0 %

K: 0 %

R: 156

G: 134

B: 182

9C80B6

☐ Sólo colores Web

Selector de color (color frontal)

OK

Cancelar

Añadir a muestras

Bibliotecas de colores

H: 160 *
S: 44 %
B: 59 %
R: 83
G: 149
B: 127
3399FF

L: 55
a: -16
b: 2
C: 84 %
M: 16 %
Y: 60 %
K: 0 %

☐ Solo colores Web

Selector de color (color digital)

OK

Cancelar

Añadir a muestras

Bibliotecas de colores

nuevo

actual

CMYK: 350 %
C: 89 %
M: 79 %
Y: 0 %
K: 190

RGB: 20
R: 27
G: 141

HSB: 100 %
H: 100 %
S: 100 %
B: 23 %

#be141b

☐ Sólo colores Web

Selector de color (colorimétrico)

OK

Cancelar

Añade a muestras

Bibliotecas de colores

Colorimétrico

Actual

R: 108 %

G: 58 %

B: 65 %

C: 88 %

M: 166 %

Y: 69 %

#38a645

C: 16 %

M: 39 %

Y: 41 %

C: 70 %

M: 11 %

Y: 100 %

K: 1 %

☐ Solo colores Web

[illegible]

Selector de color (colorimétrico)

☐ Nuevo ☐ Actual

Colorimétrico

R:	47	%	C:	84	%
G:	84	%	M:	19	%
B:	97	%	Y:	94	%
K:	248		K:	0	%
G:	202				
B:	40				

78c28

☐ Solo colores Web

OK Cancel

Añadir a muestras

Bibliotecas de colores

Selector de color (La frontal)

OK

Cancelar

Añadir a muestras

Bibliotecas de colores

actual

R: 196
G: 100
B: 94
C: 0
M: 0
Y: 0
K: 0

00aeef

☐ Sólo colores Web

Color

☐ Solo colores Web

Nuevo

Actual

G: 64 B: 206
 C: 83 %
 M: 60 %
 Y: 27 %
 K: 99 %
 # 1b639a

OK
 Cancelar
 Añadir a muestras
 Bibliotecas de colores

R 83
G 149
B 127
C 84%
M 18%
Y 60%
K 0%

R 88
G 166
B 69
C 70%
M 11%
Y 100%
K 1%

R 248
G 202
B 40
C 3%
M 19%
Y 94%
K 0%

R 27
G 99
B 154
C 89%
M 57%
Y 11%
K 9%

Setembre

Octubre

Novembre

Desembre

Ateneu L'HARMONIA
Programació Cultural
Setembre 2017

DIUMENYES 1 / 19h
Presentació de l'Espai Taller - A les Escenes
Organització: Maria Tu Vela

DIVENDRES 8 / 17h
Presentació del Grup d'Agencament Afectiu
Organització: GARCIA

DEL 15 AL 30 - INAGURACIÓ 1 / 18h
Exposició: Break BCN

DIJOUS 14 / 19h
Nits Literàries: Presentació del llibre "No anem sobrats de bona gent" amb Tàstori Pere Moray

DIVENDRES 15 / 17h
Portes obertes: Francophones de Sant Andreu
Organització: Francophones de Sant Andreu

DIABARTS 16 / 19h
Cineforum: "Cada llibre"
Organització: GARCIA

DIABARTS 16 / 17h
Sant Andreu Hardcore amb X-Class, Sever Brigade i Naff
Organització: GARCIA

DIVENDRES 15 / 17h
Cuidar-se per cuidar: la prevenció de les caigudes
Organització: AGC

DIABARTS 16 / 19h
Conferència: L'impressionisme
Organització: Mirades selectives

DIVENDRES 22
BAM Cultura viva

DIABARTS 23
BAM Cultura viva

DIABARTS 23 / 19h
Sant Andreu jugat
Organització: Organització: Sant Andreu

DIABARTS 23 / 17h
Teatre: #1000liles de Nus Teatre
Organització: Nus Teatre

DIABARTS 23 / 19h
Xerrada: Pro Active Open Arms
Organització: Pro Active Open Arms

DIVENDRES 22 / 17h
Teatre: Engrenes de Nus Teatre

DIABARTS 23 / 17h
Festa del 20è aniversari de L'Harmonia

DIABARTS 23 / 19h
Activitat infantil: Joc cooperatiu
Organització: AGC

DIABARTS 23 / 19h
Dinar de Sobrats
Organització: AGC

DIABARTS 23 / 17h
Olimpiades populars
Organització: AGC

DIABARTS 23 / 17h
Documental: "Unitat"
Organització: AGC

DIABARTS 23 / 19h
Concert amb Balkumbia
Organització: AGC

c/ Sant Adrià, 20
Localitat: Poble Nou
Tel: 93 256 60 55

Ateneu L'HARMONIA
Programació Cultural
Octubre 2017

DIABARTS 2 / 19h
Audició - concert dels 1ers alumnes del Taller de Música
Organització: Taller de Música

DEL 15 AL 30
Exposició AEDSA: Productes d'autociació
Organització: AEDSA

DIABARTS 2 / 19h
Conferència: Gobelins: Quadres al món dels tapissos
Organització: GARCIA

DIABARTS 2 / 17h
Juguem en Harmonia: Primer dia!
Organització: AGC

DIVENDRES 20 / 17h
Presentació del Grup d'Agencament Afectiu
Organització: GARCIA

DIABARTS 2 / 17h
Teatre: Sóc gran, i què?
Organització: AGC

DIVENDRES 20 / 17h
Concert amb Wednesday Lips

DIABARTS 2 / 17h
Cuidar-se per cuidar: Facilitar la vida amb productes de suport
Organització: AGC

DIABARTS 2 / 17h
Cineforum: Magritte
Organització: AGC

DIABARTS 2 / 17h
Taller de despatxos amb finançament alternatiu
Organització: AGC

DIVENDRES 20 / 17h
Juguem en Harmonia: Joc lliure
Organització: AGC

DIABARTS 2 / 17h
Jam It Loud amb Big Menu
Organització: AGC

DIABARTS 2 / 17h
Teatre: Brigtop de Sara Cabrita
Organització: AGC

DIABARTS 2 / 17h
Jornada antistigma
Organització: AGC

c/ Sant Adrià, 20
Localitat: Poble Nou
Tel: 93 256 60 55

Ateneu L'HARMONIA
Programació Cultural
Novembre 2017

DEL 15 AL 30
Exposició: El Dorado 1930 - 1980
Organització: GARCIA

DIABARTS 2 / 19h
Jazz session
Organització: AGC

DIABARTS 2 / 17h
Teatre: Brigtop de Sara Cabrita
Organització: AGC

DIABARTS 2 / 17h
Jazz & Rice
Organització: AGC

DIABARTS 2 / 17h
Presentació del llibre: Seguint el teu cor
Organització: AGC

DIABARTS 2 / 17h
Cuidar-se per cuidar: Tu has de cuidar
Organització: AGC

DIABARTS 2 / 17h
Juguem en Harmonia: Joc lliure
Organització: AGC

DIABARTS 2 / 17h
Orelletes: Rock'n'roll Brothers
Organització: AGC

DIABARTS 2 / 17h
Veu contra el masclisme
Organització: AGC

DIABARTS 2 / 17h
Veu contra el masclisme
Organització: AGC

DIABARTS 2 / 17h
Xerrada: Perti Camps
Organització: AGC

DIABARTS 2 / 17h
Veu contra el masclisme
Organització: AGC

DIABARTS 2 / 17h
Xerrada: La serofobia, un repte pendent al col·lectiu LGBTI
Organització: AGC

DIABARTS 2 / 17h
Exposició de clowns amb Dada Azurol
Organització: AGC

DEL 15 AL 30
Remora la terra roba - Tardor
Organització: AGC

c/ Sant Adrià, 20
Localitat: Poble Nou
Tel: 93 256 60 55

Ateneu L'HARMONIA
Programació Cultural
Desembre 2017

DEL 15 AL 30
Exposició: Rapa Nui de Joan Diez
Organització: GARCIA

DIABARTS 2 / 19h
Jornades: "Ni esclaves, ni domesticats. Feminisme, migracions i racisme"
Organització: AGC

DIVENDRES 15 / 17h
Concert de Festa Major amb Scatella & The Femme Soul Band + DJ Nitball
Organització: AGC

DIABARTS 2 / 17h
Taller de customització de texans. Dona una nova vida a la teva roba!
Organització: AGC

DIABARTS 2 / 17h
Taller d'activitat i vida sexual
Organització: AGC

DIABARTS 2 / 17h
Concert de Festa Major amb La Flor del Otró + nou DJ nou
Organització: AGC

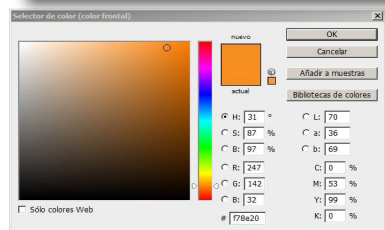
DIABARTS 2 / 17h
Cabaret de circ de Festa Major
Organització: AGC

DIABARTS 2 / 17h
Concert teatralitat: La rateta ja no escombla l'escaleta
Organització: AGC

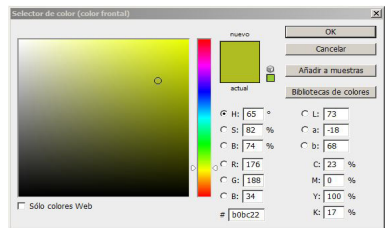
DIABARTS 2 / 17h
Vernat musical amb Pau Blanc
Organització: AGC

DEL 15 AL 30
Exposició: Mirades selectives. Visibilitat temporal
Organització: AGC

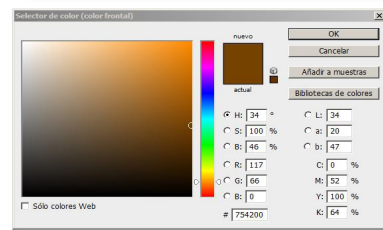
c/ Sant Adrià, 20
Localitat: Poble Nou
Tel: 93 256 60 55



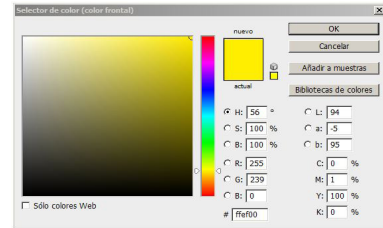
R 247
G 142
B 32
C 0%
M 53%
Y 99%
K 0%



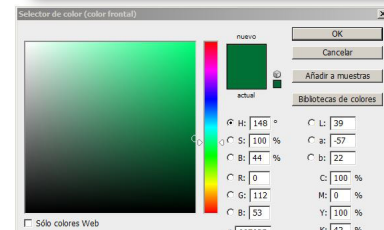
R 176
G 188
B 34
C 23%
M 0%
Y 100%
K 17%



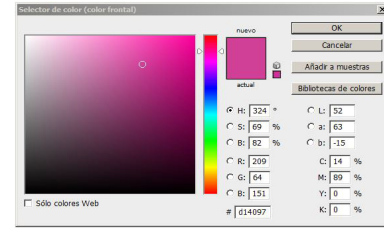
R 117
G 66
B 0
C 0%
M 52%
Y 100%
K 64%



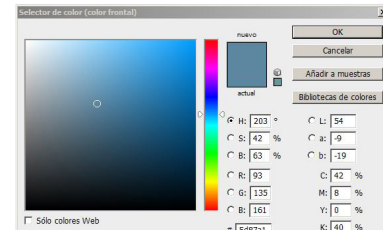
R 255
G 239
B 0
C 0%
M 1%
Y 100%
K 0%



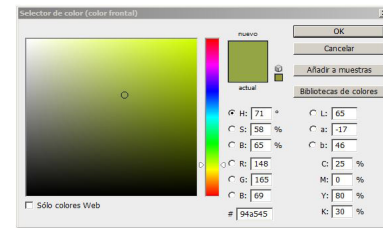
R 0
G 112
B 53
C 100%
M 0%
Y 100%
K 42%



R 209
G 64
B 151
C 14%
M 89%
Y 0%
K 0%



R 93
G 135
B 161
C 42%
M 8%
Y 0%
K 40%



R 148
G 165
B 69
C 25%
M 0%
Y 80%
K 30%

Ateneu L'HARMONIA
Programació Cultural
Octubre 2017

DE DIMECRES 11h

Audició - concert dels i les alumnes del Taller de Músics
Organitza: Taller de Músics i Ateneu L'Harmonia

DEL 4 AL 14 - DIMECRES: 4 a les 20h

Exposició de pintura a càrrec de Carla Bassi

DILUNS 5 / 20h

Jam Session
Organitza: Taller de Músics i Ateneu L'Harmonia

DIVENDRES 6 / 17h

Presentació del Grup d'Agenciament Afectiu
Organitza: GAREC, grup d'agenciament afectiu

DIVENDRES 6 / 19h

Teatre: Sóc gran, i què?

DIVENDRES 6 / 22h

Concert amb Wednesday Lips

DILUNS 9 / 17h

**Cuidar-se per cuidar:
Facilitar la vida amb productes de suport**
Organitza: AGCM

DIMARTS 19 / 17.30h

Cinefòrum: Parlem de Salut Mental
Acte introductori a la conferència del Dia de la Salut Mental
Organitza: per l'S Cap Endavant i el Institut de la Salut

DILUNS 12

120 - Res a celebrar
Dinosa obre on el seu horari habitual

DILUNS 12 / 22h

Nits Literàries: Pere Quart Project

DIVENDRES 18 / 17.30h

Cinefòrum: Donnie Darko
Acte introductori a la conferència del Dia de la Salut Mental
Organitza: Camisó antistigma i Institut de la Salut

DIVENDRES 14 / 19h

Conferència: La profilaxi preexposició (PrEP) i els reptes actuals de prevenció del VIH
Organitza: GRC LCTOI

DEL 19 AL 20

Exposició AEHA: Productes d'automoció

DILUNS 16 / 19h

Conferència: Cobellins: Quadres al mon dels tapissos
Organitza: Grup Pintors de Sant Andreu

DIVENDRES 18 / 17h

Juguem en Harmonia: Primer dia!
Organitza: Juguem en Harmonia

DIVENDRES 26 / 19h

Cinefòrum: 100 anys de la Revolució Russa
Organitza: CCOP

DISSABTE 21 I DIMECRES 22

VI Fira d'Economia Solidària de Catalunya

DISSABTE 21 / 12h

Orelletes: The Best of
Concert a l'auditori, en el marc de la VI FESC

DILUNS 22 / 19h

Cinefòrum: Magritte
Organitza: Grup Pintors de Sant Andreu

DIMARTS 24 / 19h

Talles d'experiències amb finançament alternatiu

DIVENDRES 26 / 17h

Juguem en Harmonia: joc lliure
Organitza: Juguem en Harmonia

DILUNS 26 / 21h

Jam it Loud amb Big Menu
Organitza: Sey it Loud

28 - 21h / 20 - 18.30h - Poesia: 66

Teatre: Britpop (Sara Cañete)
A càrrec de Sant Pacià Teatre

DISSABTE 28 / Tot el dia

Jornada antiestigma
Organitza: Camisó antistigma

Totes les activitats són d'entrada lliure, excepte les indicades amb preu

c/ Sant Adrià, 20
(recinte Fabra i Cotas)
ateneuharmonia.cat
93 256 60 85

Ateneu L'HARMONIA

→ **Capçalera:** és fixe; només canvia el color i el nom del

Octubre 2017 (RobotoSlab - Alçada 15mm)

Ateneu L'HARMONIA
Programació Cultural
Octubre 2017

→ **Peu:** és fixe

Totes les activitats són d'entrada lliure, excepte les indicades amb preu

c/ Sant Adrià, 20
(recinte Fabra i Cotas)
ateneuharmonia.cat
93 256 60 85

Ateneu L'HARMONIA



Cos: Canvia el color de fons i el del quadre de l'esdeveniment, que serà el mateix que el de la capçalera. També canvia de color la icona referent a la temàtica de l'acte.

DIMARTS 10 / 17.30h

Cinèforum:

Parlem de Salut Mental

Acte inclòs en la celebració del Dia de la Salut Mental
Organitzat per CS Cap Endavant i El mundo de los ASI

Dia de la setmana: Dia i número / hora
RobotoSlab - Alçada 10mm - interlineat 12

Nom de l'esdeveniment:
RobotoSlab - Alçada 14mm - interlineat 14

Organitza:
RobotoSlab - Alçada 10mm - interlineat 12

Icones:

+ Altres

Música

Arts escèniques

Participació

Audiovisuals

Públic familiar

Exposicions

Xerrades

Etiquetes:

En alguns actes i/o cicles concrets posem les següents etiquetes:



Festa Major



Acte feminista



Concert del cicle orelletes

2.2 Cartells dels esdeveniments de l'Ateneu: espectacles, xerrades, infantil, concerts....



Treballarem dues mides diferents:

- **DIN A4** per a repartir per comerços i llocs afins.
- **DIN A3** per a penjar al suro de l'Ateneu.

- Seguirà la mateixa sèrie de colors que els cartells mensuals:

 LA HARMONIA Programa Cultural Octubre 2017	
Presentación de l'Espai Tàller - a les Esenes Organització: Institut d'Esenes	
INFORMACIÓ: 17h	
Presentación del Grup d'Experimentació d'Alfabet Organització: GAC2017	
INICI AL 1r CONCURS D'ESCRITURA D'UNA OBRA DE TEATRE	
Exposició: Fresh Ink	
10a Nit d'Esenes: Presentació del llibre "No anem solistes de bona nit" amb el Teatre Pura Memory	
INFORMACIÓ: 17h	
Portes obertes: Espai d'Experimentació de Sant Andreu Organització: Grup d'Esenes	
Cinefòrums: "Cada llibre" Organització: GAC2017	
Sant Andreu Hardcore amb X-Close, Sewer Brigade i Huff	
MOLTEM MÚSICA	
Quedar-se per veure: la presentació de les cançons "Què passa dins d'un cos"	
INFORMACIÓ: 17h	
Conferència: L'impressionisme musical	
INFORMACIÓ: 19h	
BAM Cultura viva	
CONFERÈNCIA 22	
BAM Cultura viva	
CONFERÈNCIA 22 1h	
Sant Andreu jugat Organització: Institut d'Esenes / Institut d'Harmonia	
CONFERÈNCIA 22 1h	
Teatre: #1000lletres de Nua Teatre	
CONFERÈNCIA 22 1h	
Keremede: Pro Active Open Arts Organització: Grup Cultural Institut d'Esenes i Grup d'Esenes	
Teatre: Esenes de Nua Teatre	
CONFERÈNCIA 22 1h	
Festa del 3r aniversari de L'Harmonia	
CONFERÈNCIA 22 1h	
Activitat infantil: Joc cooperatiu Neta endins en la festa del 3r aniversari de L'Harmonia	
Dinar de Sobrats Neta endins en la festa del 3r aniversari de L'Harmonia	
Olimpíades populars Neta endins en la festa del 3r aniversari de L'Harmonia	
Documental: "L'Unitat" Organització: GAC2017	
CONFERÈNCIA 22 1h	
Concert: Chululambis Neta endins en la festa del 3r aniversari de L'Harmonia	

c/ Sant Adrià, 20
 Institut d'Esenes i Grup d'Esenes
 tel: 93 256 60 86

Programa cultural de l'Institut d'Esenes i Grup d'Esenes

Ateneu
L'HARMONIA

Teatre: Engrunes de Rumb Teatre

Rumb Teatre té la voluntat d'expressar i comunicar allò que ens colpeja, ens ramou i ens inquieta des d'una visió crítica i buscant-hi sempre nous punts de vista. Al conte de Hansel i Gretel coneixem dos nens que, a causa de la misèria familiar, són abandonats al bosc. La seva posterior trobada amb un ésser fantàstic els farà desitjar d'altres mons.

Divendres 20 de setembre 2017
20h / Tiquella inversa

🎭 Arts escèniques

c/ Sant Adrià, 20
08003 Sant Adrià de Noya
info@lharmonia.cat
93 298 16 85

L'HARMONIA

[illegible]

Alguns
L'HARMONIA

Jazz & Rice!

Arriba la tercera edició de l'arrossada popular amenitzada amb música jazz a la plaça de Can Fabra. En aquesta ocasió comptarem amb la música en directe de Stockholm Trio.

Els beneficis obtinguts seran destinats al Sindicat Popular de Venedors Ambulants.

Dissabte 4 de novembre 2017
14h / Tíquet solidari: 0€

 **Música**

© Gust Adria, 20
Sindicat Fabra / Círcol
AmadorGuillem2017
10.200.00.02

L'HARMONIA

L'ARMONIA Programació Cultural Octubre 2017	
DIÀLEGUE 11/10	
Acústica - concert dels 13 es ambients de l'obra de Mies van der Rohe a l'Espai Lluís Companys	
DES DE LA 14.30	5€
DES DE LA 14.30 - CONCERTS d'Arts Escèniques	
Exposició de pintura a carrer de Cristina Cordero	
DIÀLEGUE 12/10	
Exposició de pintura a carrer de Cristina Cordero	
DIÀLEGUE 13/10	
Jazz Session amb els músics de Jazz de la Universitat de València	
DIÀLEGUE 14/10	
Presentació del Grup d'Agenciament Ambiental	
DIÀLEGUE 15/10	
Presentació del Grup d'Agenciament Ambiental	
DIÀLEGUE 16/10	
Teatre Fide gran, ¿per?	5€
DIÀLEGUE 17/10	
Teatre Fide gran, ¿per?	5€
DIÀLEGUE 18/10	
Concert amb Wednesday Light	
DIÀLEGUE 19/10	
Concert amb Wednesday Light	
DIÀLEGUE 20/10	
Concert amb Wednesday Light	
DIÀLEGUE 21/10	
Concert amb Wednesday Light	
DIÀLEGUE 22/10	
Concert amb Wednesday Light	
DIÀLEGUE 23/10	
Concert amb Wednesday Light	
DIÀLEGUE 24/10	
Concert amb Wednesday Light	
DIÀLEGUE 25/10	
Concert amb Wednesday Light	
DIÀLEGUE 26/10	
Concert amb Wednesday Light	
DIÀLEGUE 27/10	
Concert amb Wednesday Light	
DIÀLEGUE 28/10	
Concert amb Wednesday Light	
DIÀLEGUE 29/10	
Concert amb Wednesday Light	
DIÀLEGUE 30/10	
Concert amb Wednesday Light	



L'HARMONIA

Jornada Antiestigma

La comissió antiestigma hem preparat pel 28 d'octubre una jornada plena d'activitats obertes i gratuïtes per a tots els públics, ens acompanyeu a trencar catifes?

Donada 28 d'octubre 2017
Tot el dia / Entada lliure

Participa

47 Sant Adrià, 20
 Centre Fabra i Curiel
 08930 Sant Adrià de Noya
 93 230 61 67

L'HARMONIA

L'HARMONIA	
Programa Cultural Desembre 2007	
DE 02 AL 14	522
Exposición: Raga Muñi de Joan Dries	
JORNADA 1: 15 DESETEMBRE	523
Jornada: "El saccharin, no domesticado. Feminismo, migración y racismo" (conferencia y taller de teatro de la Universidad de Valencia)	
JORNADA 2: 16 DE SETEMBRE	524
Concert de Ferta Major amb <i>Braxelles 13 The Feminist Soul Band + DJ Netart</i>	
JORNADA 3: 17 DE SETEMBRE	525
Concert de Ferta Major, <i>Orelletes amb Baskinella</i>	
Taller de contextualització de l'època. Dura una nova vida a la terra rural	
Taller d'activitats i vida sexual	
JORNADA 4: 18 DE SETEMBRE	526
Concert de Ferta Major amb <i>La Pas del Cric + noure D2 noure</i>	
JORNADA 5: 19 DE SETEMBRE	527
Calentur de cine: <i>Festa Major</i>	
CLAUDE 17: 19 DE SETEMBRE	528
Concert totalitari: La ràfeta ja no pot tornar l'avalada	
JORNADA 6: 20 DE SETEMBRE	529
Versant musical amb <i>Paul Blane</i>	
DE 21 AL 30	530
Exposición: Miradas selectives. Visibilitat temporal	
Visuàgion oberta 17 de 10h a 12h	
TEMADA 7: 21 DE SETEMBRE	531
Cineforum: <i>Ten</i> (conferència i taller)	
EXPOSICIONS: 22 DE SETEMBRE	532
Kermesse: Les persones narratives (taller)	
EXPOSICIONS: 23 DE SETEMBRE	533
Jugues on l'harmonia: <i>l'habitudinal</i>	
Presentació de la nova carta del l'art Jugues Comunitat a Calonge	
Presentació del nou mapa del espai de l'Ateneu	
EXPOSICIONS: 24 DE SETEMBRE	534
La gran estada de l'enginyeria i les empreses	
EXPOSICIONS: 25 DE SETEMBRE	535
Kermesse amb consciència feminista sobre els treballs de cura i de cura alimentària (TCA) (taller i activitat)	
EXPOSICIONS 26 DE SETEMBRE	536
Teatre: Performance, "perfectament", el meu món i la cura de la companyia. Actualitat	
Jugues on l'harmonia: <i>l'habitudinal</i>	
EXPOSICIONS 27 DE SETEMBRE	537
Festa de solstici d'hivern	

c) Sant Adrià, 39
 (c) 2007 Fala de l'Harmonia
 01 226 05 81

l'harmònia

Al·lucina
L'ARMONIA

Taller: la vida dels jocs i de les joguines

Un taller on aprendrem a allargar la vida de les nostres joguines tot evitant que esdevinguin residu!

Dilluns 11 de desembre 2017
10h / Entrada lliure

Altres

47 Sant Adrià, 20
Centre Poble Ciutat
932 205 001 ext. 60
932 205 001 ext. 60

L'ARMONIA



Capçalera: és fixe i utilitza dos colors: el color de capçalera i el del fons que hem utilitzat el mes en curs.



Peu: és fixe de color negre i el color de fons del mes en curs.



Part variable:

- Imatge: relacionada amb l'esdeveniment.
- Títol de l'esdeveniment encadrat dins del color del mes
- Breu descripció
- Data
- Icona de la categoria a la que pertany

The Gruixut's

La banda del Baix Empordà són els encarregats de tancar la 3a temporada d'Orelletes. El seu enèrgic i divertit directe no deixarà ningú indiferent!

Dissabte 27 de maig 2017
12h / Entrada lliure

Públic familiar
Música

2.3 Cartells d'esdeveniments de les entitats i/o col·lectius:

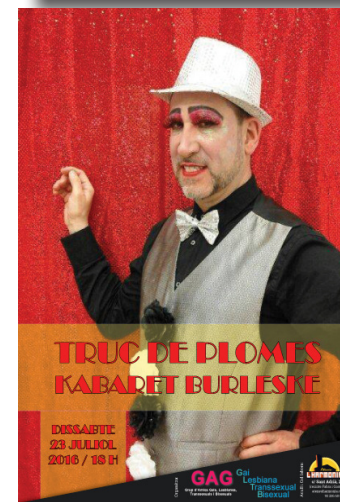
Hem creat una plantilla per a que les entitats i/o col·lectius que realitzin un acte a l'Ateneu puguin utilitzar la imatge gràfica identificativa de l'Ateneu. La plantilla es pot trobar a la pàgina web de l'Ateneu: www.ateneuharmonia.cat->ateneu->descarregables->Disseny (http://www.ateneuharmonia.cat/wp-content/uploads/2016/02/Plantillaa_ACTES_ENTITATS.pdf). En cas que els col·lectius prefereixin utilitzar un altre disseny, **és imprescindible que tots els documents gràfics tinguin incorporat el logotip de l'Ateneu.**

És **IMPORTANT** que la cartelleria diversa inclogui:

- Nom de l'esdeveniment
- Data i hora
- Lloc on es realitza

La plantilla plantejada té a la franja inferior una pastilla negra on hem d'incloure el logotip de l'entitat organitzadora, el logotip de l'Ateneu L'Harmonia i l'adreça de l'Ateneu.

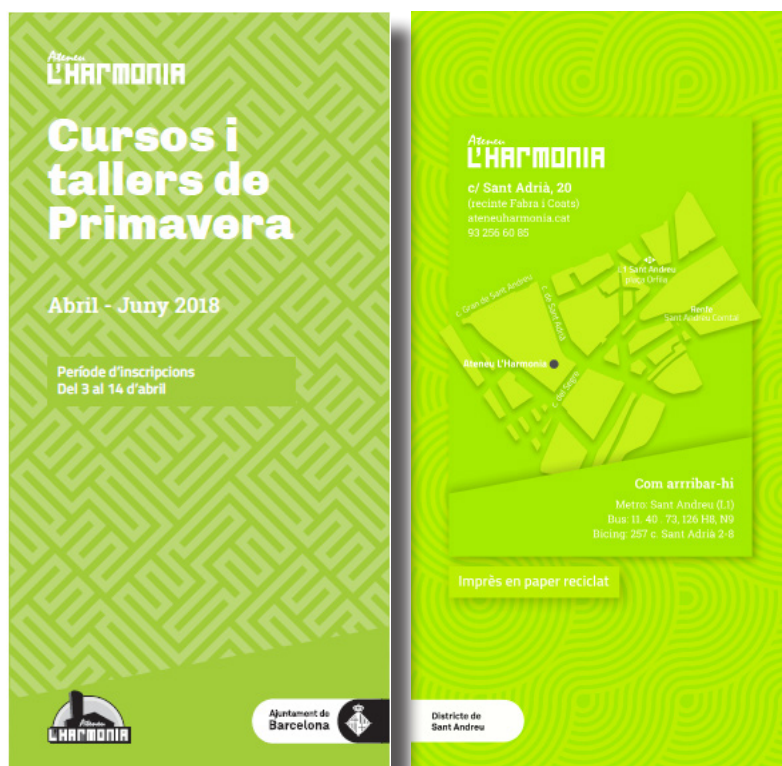
Les imatges hauran de ser en format vertical i d'alta resolució. (300 dpi)



3. Fulletó trimestral de cursos i tallers

A l'Ateneu realitzem accions formatives d'organització pròpia que anomenem cursos i tallers, dividits temporalment per trimestres. A l'inici de cada període d'inscripcions als cursos i tallers dissenyem i editem una peça de difusió en paper que inclou l'oferta formativa d'hivern, primavera i tardor. Aquest fulletó inclou la informació relativa a tots els cursos i tallers proposats, així com els detalls i condicions del procés d'inscripció. Cada trimestre té un color definit.

3.1. Primavera: El color utilitzat és el verd.* A partir de la primavera de 2019 s'intensificarà el to del color verd per a que es pugui llegir correctament.

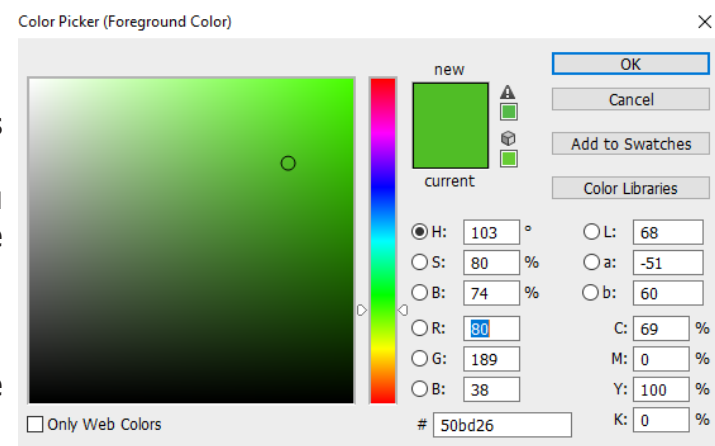


Portada:

- Trimestre al que pertany el llibret
- Mesos que inclou
- Període d'inscripcions
- Logotips: Ateneu L'Harmonia i Districte de Sant Andreu

Contraportada:

- Dades i adreça de l'Ateneu



Per què fem cursos i tallers?

Que ja arriba la Primavera! I amb ella, tot floreix de nou, com els cursos i tallers de l'Ateneu.

Des de l'assemblea Gestora, on hi pots participar, continuem apostant per la transformació social, per l'enfocament comunitari i per la vocació de descoberta.

Continuem en la línia que ens hem proposat enguany: **volem que els coneixements que intercanviem responguin a les necessitats de les persones i dels grups que construïm la vida de l'Ateneu.** Que les propostes siguin fruit del nostre dia a dia per a la transformació de la realitat que ens envolta. Pensem que les accions formatives han de tenir un retorn que fomenti el vincle dels i les participants amb l'Ateneu i amb Sant Andreu de Palomar, contribuint a la transformació social a través del creixement personal i col·lectiu. Entenem, per últim, que l'Ateneu no és un espai de professionalització formativa i que els nostres cursos i tallers han de cultivar llavors que, amb el temps, puguin continuar creixent en altres espais i en altres contextos.

Aquesta és una bona època per la creativitat, doncs amb els infinits colors que reneixen, el bon temps ens inspira. Volem aprofitar-ho al màxim amb algunes propostes com "Escriptura Creativa", "Els perills del què comprem", "Sabó reciclat", "Fem un conte", "Dibuix Manga". Però seguim amb les apostes de la comunitat de l'Ateneu, com "Autodefensa feminista", "Comunicació no violenta" o els Espais d'Aprenentatge Comunitari, que impulsen l'intercanvi de coneixements i els espais de trobada.

Aquesta primavera, seguim fent que neixin flors a cada instant!

Condicions d'inscripció

La durada i la data d'inici dels tallers s'especifica en la descripció de cadascun dels cursos.

Les inscripcions es faran, de manera presencial, entre el 3 i el 14 d'abril de 2018, de dilluns a divendres de 10 a 22h i dissabtes de 10 a 14h i de 16 a 22h.

Es limitarà el nombre d'inscripcions, de manera que una persona només podrà matricular-se a ella mateixa i a una segona persona als cursos i tallers que desitgi.

SALUT I BENESTAR

Coneix el Qigong i el Tai-Txi

Dilluns, d'11 a 12h – 9 sessions – Inici: 23.04.18
Preu: 36€ – Preu reduït: 22,50€
Tallerista: Isabel Jiménez

El Txi-kung i el Tai-txi són arts mil·lenàries basades en la medicina tradicional xinesa, que, a través d'una pràctica continuada, ens ofereixen la possibilitat de preservar la nostra energia vital amb exercicis suaus i harmoniosos que regulen les funcions dels nostres òrgans. A través de tècniques estàtiques i dinàmiques, com el massatge Taoista, gaudirem de moments de serenitat per prendre consciència del que som i sentim.

Aprofundeix en el camí del Qigong i el Tai-Txi

Dimecres, d'11 a 12.30h – 9 sessions – Inici: 25.04.18
Preu: 54€ – Preu reduït: 33,75€
Tallerista: Isabel Jiménez

Amb aquest taller farem un pas més en el nostre camí i aprendrem noves formes i tècniques estàtiques i dinàmiques per guiar la nostra energia a través dels moviments i la respiració. Integrarem els cicles i les estacions segons la medicina tradicional xinesa, practicarem el Txi-kung per als ulls i tècniques ancestrals com el *Ma Wang Dui*.

Autodefensa feminista

Dilluns, de 18 a 19.30h – Inici: Del 22 de gener al 18 de juny
Preu: 66€ – Preu reduït: 41,25€ (11 sessions el 2n trimestre)
Tallerista: Mireia Muñoz

Treballarem continguts teòrics i pràctics a partir de la necessitat de prevenir violències vers les dones. Aprendrem a apoderar-nos i a saber dir no amb la veu, l'actitud i la mirada, així com algunes tècniques físiques.

➡ **Títol de categoria:** Titillium Web Bold 20 - Alçada 10mm, en majúscules i de color verd.

➡ **Cos:** El fons del llibret és blanc i juguem amb el verd a les pastilles destacades, títols i informació relativa al curs i/o taller.

Gaspatxos, cremes, i batuts de primavera

Novetat!

Divendres 4 de maig, de 18 a 21h – 1 sessió
Preu: 12€ + 5€ per a ingredients – Preu reduït: 7,50€ + 5€
Tallerista: Mercè Homar

Arriba el bon temps i les sopes d'hivern ja ens escalfen massa. Ens comença a venir més de gust hidratar-nos amb receptes més fresques i lleugeres. Veurem com podem combinar i triturar fruites i verdures de temporada, llegums i altres condiments per aconseguir un gaspatxo de cireres o de maduixots, de fesols vermells, o cremes de cogombre i poma o de pèsols, etc. Utilitzarem productes de proximitat, ecològics i de temporada.

Títol del taller sobre pastilla verda:

Titillium Web Bold 12 - Alçada 10mm - interlineat 14. A la pastilla verda pot acompanyar-la diverses etiquetes: novetat i noves receptes

Informació del taller:

Titillium web regular 9 - Alçada 10mm - interlineat 10. El text serà del color protagonista del llibret. En el cas dels tallers de primavera, el text serà de color verd i inclourà la data, l'hora, el nombre de sessions, el preu i la persona tallerista.

Sinopsi del taller:

Titillium web regular 9 - Alçada 10mm - interlineat 10. Breu sinopsi del taller

3.2. Tardor: El color utilitzat és el taronja.

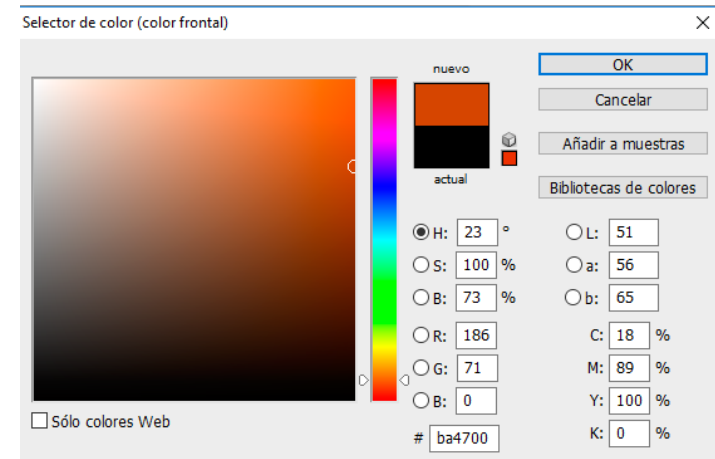


Portada:

- Trimestre al que pertany el llibret
- Mesos que inclou
- Període d'inscripcions
- Logotips: Ateneu L'Harmonia i Districte de Sant Andreu

Contraportada:

- Dades i adreça de l'Ateneu



R 185
G 71
B 0
C 18%
M 89%
Y 100%
K 0%

Per què fem cursos i tallers?

Amb l'arribada de la tardor, els cursos i tallers de L'Harmonia celebren el seu tercer aniversari. Hem cregut que es tracta d'un bon moment per aturar-nos i repensar-los, de manera que les accions formatives siguin un reflex del projecte de L'Harmonia.

És per això que amb aquest trimestre encetem un camí que ens durà a modificar, de mica en mica, aquesta proposta formativa, tot guiant-la en funció de tres objectius: la transformació social, l'enfocament comunitari i la vocació de descoberta. Creiem que els cursos i tallers de L'Harmonia han d'esdevenir motor de canvi i perseguir una millora personal i col·lectiva. Considerem, d'altra banda, que les accions formatives han de tenir un retorn que fomenti el vincle dels i les participants amb l'Ateneu i amb Sant Andreu de Palomar. Entenem, per últim, que l'Ateneu no és un espai de professionalització formativa i que els nostres cursos i tallers han de cultivar llavors que, amb el temps, puguin continuar creixent en altres espais i en altres contextes.

En aquest llibret que tenim a les mans trobarem, entre d'altres, propostes com "Arrossada popular", "Fotografia de concert", "Autodefensa per dones", "Uenguatge i gramàtica no sexista", "Teatre social" o els "Espais d'Aprenentatge Comunitari" que comencen a dibuixar aquest nou camí. Som-hi?

Condicions d'inscripció

La durada i la data d'inici dels tallers s'especifica en la descripció de cadascun dels cursos.

Les inscripcions es faran, de manera presencial, entre el 12 de setembre i el 4 d'octubre de 2017, de dilluns a divendres de 10 a 22h i dissabtes de 10 a 14h i de 16 a 22h. Cal tenir en compte que, a banda dels diumenges, l'Ateneu romandrà tancat dilluns 25 de setembre.

Tallers

SALUT I BENESTAR

Tai-tbd i Tdkung. Nivell inicial

Dilluns, d'11 a 12h – 10 sessions – Inici: 9.10.17
Preu: 35€ – Preu reduït: 20€
Tallerista: Isabel Jiménez

El Tai-tbd i el Tdkung són activitats físiques que integren el cos i la ment a través de la respiració per afavorir el benestar físic, emocional i mental.

Tai-tbd i Tdkung. Nivell avançat

Dimecres, d'11 a 12.30h – 8 sessions – Inici: 11.10.17
Preu: 42€ – Preu reduït: 24€
Tallerista: Isabel Jiménez

Farem un pas més en el nostre camí i aprendrem noves formes i tècniques estàtiques i dinàmiques per guiar la nostra energia a través dels moviments i la respiració.

Autodefensa per dones. Nivell inicial

Dilluns, de 18 a 19.30h – 10 sessions – Inici: 9.10.17
Preu: 52,50€ – Preu reduït: 30€
Tallerista: Mireia Muñoz

Treballarem continguts teòrics i pràctics a partir de la necessitat de prevenir violències vers les dones. Aprendre a apoderar-nos i a saber dir no amb la veu, l'actitud i la mirada, així com algunes tècniques físiques.

Autodefensa per dones - Nivell avançat

Dilluns, de 19.30 a 21h – 10 sessions – Inici: 9.10.17
Preu: 52,50€ – Preu reduït: 30€
Tallerista: Mireia Muñoz

Aprofundirem en les tècniques apreses en l'anterior curs, sobretot en l'aspecte de les tècniques físiques. Curs pensat per a alumnes que hagin fet prèviament el nivell inicial o amb experiència en alguna art marcial.

Títol de categoria: Titillium Web Bold 20 - Alçada 10mm, en majúscules i de color taronja.

Cos: El fons del llibret és blanc i juguem amb el taronja a les pastilles destacades, títols i informació relativa al curs i/o taller.

Autodefensa per dones. Nivell inicial

Dilluns, de 18 a 19.30h – 10 sessions – Inici: 9.10.17
Preu: 52,50€ – Preu reduït: 30€
Tallerista: Mireia Muñoz

Treballarem continguts teòrics i pràctics a partir de la necessitat de prevenir violències vers les dones. Aprendre a apoderar-nos i a saber dir no amb la veu, l'actitud i la mirada, així com algunes tècniques físiques.

Títol del taller sobre pastilla taronja:
Titillium Web Bold 12 - Alçada 10mm - interlineat 14. A la pastilla taronja pot acompanyar-la diverses etiquetes: novetat i noves receptes.

Informació del taller:
Titillium web regular 9 - Alçada 10mm - interlineat 10. El text serà del color protagonista del llibret. En el cas dels tallers de tardor, el text serà de color taronja i inclourà la data, l'hora, el nombre de sessions, el preu i la persona tallerista.

Sinopsi del taller:
Titillium web regular 9 - Alçada 10mm - interlineat 10. Breu sinopsi del taller en negre.

3.3. Hivern: El color utilitzat és el blau.



Portada:

- Trimestre al que pertany el llibret

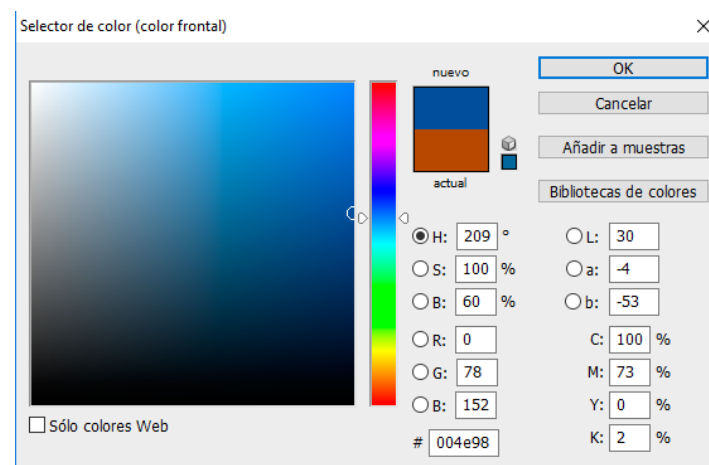
- Mesos que inclou

- Període d'inscripcions

- Logotips: Ateneu L'Harmonia i Districte de Sant Andreu

Contraportada:

- Dades i adreça de l'Ateneu



R 0
G 78
B 152
C 100%
M 73%
Y 0%
K 2%

Per què fem cursos i tallers?

Ja arriba el fred de l'hivern i els cursos i tallers de L'Harmonia tornen per aportar-nos, compartint, el callu que necessitem.

Des de la Gestora de l'Ateneu L'Harmonia, on hi pots participar, continuem apostant per la transformació social, per l'enfocament comunitari i per la vocació de descoberta.

Continuem en la línia que ens hem proposat enguany: **volem que els coneixements que intercanviem responguin a les necessitats de les persones i dels grups que construïm la vida de l'Ateneu**. Que les propostes siguin fruit del nostre dia a dia per a la transformació de la realitat que ens envolta.

Pensem que les accions formatives han de tenir un retorn que fomenti el vincle dels i les participants amb l'Ateneu i amb Sant Andreu de Palomar, contribuint a la **transformació social a través del creixement personal i col·lectiu**. Entenem, per últim, que l'Ateneu no és un espai de professionalització formativa i que els nostres cursos i tallers han de cultivar llavors que, amb el temps, puguin continuar creixent en altres espais i en altres contextos.

Si ens endinsem en aquest llibret, trobarem propostes com "Locució de ràdio", "Stop Motion", "Autodefensa feminista", "Comunicació no violenta", "Hamburgueses creatives" o els Espais d'Aprenentatge Comunitari, que impulsen l'intercanvi de coneixements i els espais de trobada.

Passa't i passa-ho!

Condicions d'inscripció

La durada i la data d'inici dels tallers s'especifica en la descripció de cadascun dels cursos.

Les inscripcions es faran, de manera presencial, entre el 8 i el 18 de gener del 2018, de dilluns a divendres de 10 a 22h i dissabtes de 10 a 14h i de 16 a 22h.

Aquest trimestre es limitarà el nombre d'inscripcions, de manera que una persona només podrà matricular-se a ella mateixa i a una segona persona en els cursos i tallers que desitgi.

El pagament es farà preferentment mitjançant targeta de crèdit/dèbit o a través d'ingrés bancari. Per facilitar el control de les inscripcions, es farà un càrrec individual per cada taller inscrit.

SALUT I BENESTAR

Coneix el Qigong i el Tai-Txi

Dilluns, d'11 a 12h – 8 sessions – Inici: 22.01.18
Preu: 32€ – Preu reduït: 20€
Tallerista: Isabel Jiménez

El Tai-txi i el Qigong són activitats físiques que integren el cos i la ment a través de la respiració per afavorir el benestar físic, emocional i mental.

Aprofundeix en el camí del Qigong i del Tai-Txi

Dimecres, d'11 a 12.30h – 8 sessions – Inici: 24.01.18
Preu: 48€ – Preu reduït: 30€
Tallerista: Isabel Jiménez

Farem un pas més en el nostre camí i aprendrem noves formes i tècniques estàtiques i dinàmiques per gaudir la nostra energia a través dels moviments i la respiració.

Autodefensa feminista

Dilluns, de 18 a 19.30h – Inici: Del 22 de gener al 18 de juny
Preu: 48€ – Preu reduït: 30€ / trimestre
Tallerista: Mireia Muñoz

Treballarem continguts teòrics i pràctics a partir de la necessitat de prevenir violències contra les dones. Aprendrem a apoderar-nos i a saber dir no amb la veu, l'actitud i la mirada, així com algunes tècniques físiques.

Aquest taller funcionarà coincidint amb el calendari lectiu (finalitzarà al juny del 2018).

Acrologa

Dimarts, de 18.30 a 20h – 8 sessions – Inici: 23.01.18
Preu: 48€ – Preu reduït: 30€
Tallerista: Alessandra Vena "Arapuá"

Aquesta pràctica fusiona la saviesa espiritual del ioga, l'amor bondadós del massatge tailandès i la força dinàmica de l'acrobatia. No és necessària experiència prèvia per a la seva realització.

➡ **Títol de categoria:** Titillium Web Bold 20 - Alçada 10mm, en majúscules i de color blau.

➡ **Cos:** El fons del llibret és blanc i juguem amb el blau a les pastilles destacades, títols i informació relativa al curs i/o taller.

Cuina conscient i saludable

Noves
Receptes!

Dimecres, de 18 a 19.30h – 8 sessions – Inici: 24.01.18
Preu: 48€ + 18€ per a ingredients - Preu reduït: 30€ + 18€
Tallerista: Mercè Homar

Aprendrem a preparar plats saludables d'hivern. Ara és època dels cítrics i tota mena de cols i bròquils, sense oblidar l'escarola, la carxofa, l'endívia i les bledes i espinacs. Una oportunitat per aprendre a cuinar tots aquests aliments de proximitat i de temporada, contribuint a la disminució de l'impacte ambiental i al mateix temps seguir una dieta sana i equilibrada.

Títol del taller sobre pastilla blava:

Titillium Web Bold 12 - Alçada 10mm - interlineat 14. A la pastilla blava pot acompanyar-la diverses etiquetes: novetat i noves receptes.

Informació del taller:

Titillium web regular 9 - Alçada 10mm - interlineat 10. El text serà del color protagonista del llibret. En el cas dels tallers d'hivern, el text serà de color blau i inclourà la data, l'hora, el nombre de sessions, el preu i la persona tallerista.

Sinopsi del taller:

Titillium web regular 9 - Alçada 10mm - interlineat 10. Breu sinopsi del taller en negre.

3.3. Estiu: A l'estiu no programem una bateria extensiva de cursos i tallers i només realitzem alguns tallers intensius i/o monogràfics, que editem en una octaveta seguint la imatge gràfica de l'Ateneu.



Títol i període d'inscripcions

Treballarem dues mides diferents:

Línia diagonal

- **Fulletó** per a repartir en mà (74x105 mm)

Tallers:
Títol, data, hores, nombre de sessions i tallerista

- **Cartell** per a repartir a comerços i llocs afins (210x297 mm i 297x420 mm)

Franja inferior:
De color negre, amb el logotip de l'Ateneu i l'Adreça

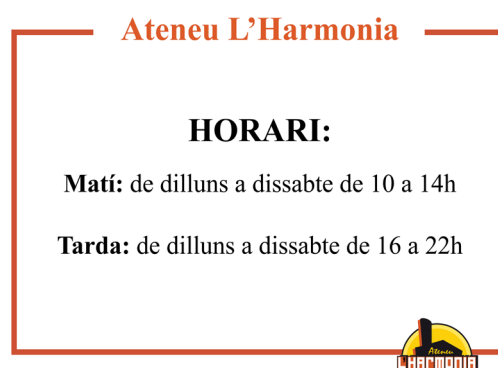
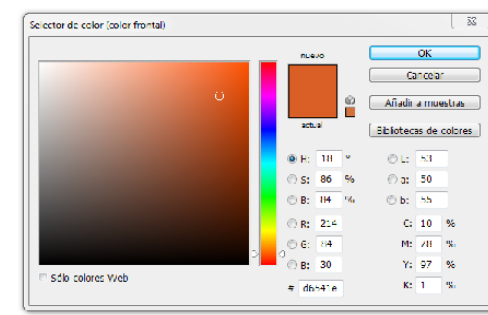


No hi ha uns colors definits per l'octaveta d'estiu, a diferència dels llibrets de primavera, tardor i hivern. Tot i així, sempre intentem fer servir colors estiuencs.

4. Cartelleria informativa de l'equipament

A l'Ateneu disposem de diversos cartells informatius referents a diverses temàtiques: horaris de l'equipament, horaris d'atenció al tauell, període de vacances, bujols de reciclatge, consells d'ús de diversos espais, entre d'altres. Aquest tipus de cartelleria segueix la següent plantilla:

- Títol en color taronja Harmonia i centrat entre el marge quadrat, també de color Harmonia.
- Text de color negre
- Logotip de L'Harmonia a la dreta



És **important** que tota la cartelleria informativa de l'Ateneu segueixi el mateix model.

5. Ús de les imatges

Sempre que puguem utilitzarem imatges fetes per nosaltres mateixes o imatges que ens hagi passat l'artista o el col·lectiu i/o entitat organitzadora, citant-ne la font.

En cas que no sigui possible i haguem de fer servir altres imatges, aquestes **hauran de ser lliures de drets d'autor** (a Internet disposem de bancs de recursos amb imatges lliures, com ara <https://pixabay.com/>) o n'haurem de demanar permís a l'autoria per ala seva publicació, citant-ne sempre, també, la font.

En cas que mitjans de comunicació o col·lectius ens demanin utilitzar alguna imatge, és molt important sempre saber-ne l'autoria i consultar-ne sempre el permís i la publicació, i indicar a qui ens la demani que en publiqui el nom.

Sota cap concepte les imatges utilitzades en algun cartell podran estar pixel·lades. Els cartells hauran de ser llegibles, clars, i la imatge no haurà de tapar el text.

Sempre que sigui possible haurem de treballar amb fotografies en format JPG.



Font: Izaro - Ginmusica



5.1. Mida:

Tot seguit detallem la mida que ha de tenir cada fotografia en funció del suport on hagi d'anar.



Imatge de perfil: 180 x 180 px
Imatge de portada: 851 x 315 px
Imatge en publicacions: 1200 x 1200 px
Imatge a les publicacions amb enllaç: 1200 x 628px



Imatge de capçalera: 1500 x 1500 px. Mida màxima 5MB
Imatge de perfil: 400 x 400 px. Mida màxima 2MB
Imatge en publicacions: 1024 x 512 px. Mida màxima 5MB



Imatge de perfil: 110 x 110 px
Imatge en publicacions: 1080 x 1080 px*



Imatge esdeveniment: 768 x 578 px
Imatge en notícies: 768 x 578 px

*Instagram redueix automàticament la mida de les imatges i per això és important penjar-les sempre amb la màxima resolució per a optimitzar el resultat.



La unitat que mesura una imatge sempre serà el píxel, qui ens donarà les dimensions de la fotografia alçada x amplada. Una imatge de càmera digital mai tindrà DPI, cm o polzades; només tindrà píxels. La resolució és el producte de l'ample i l'alt d'una imatge digital donada en píxels.

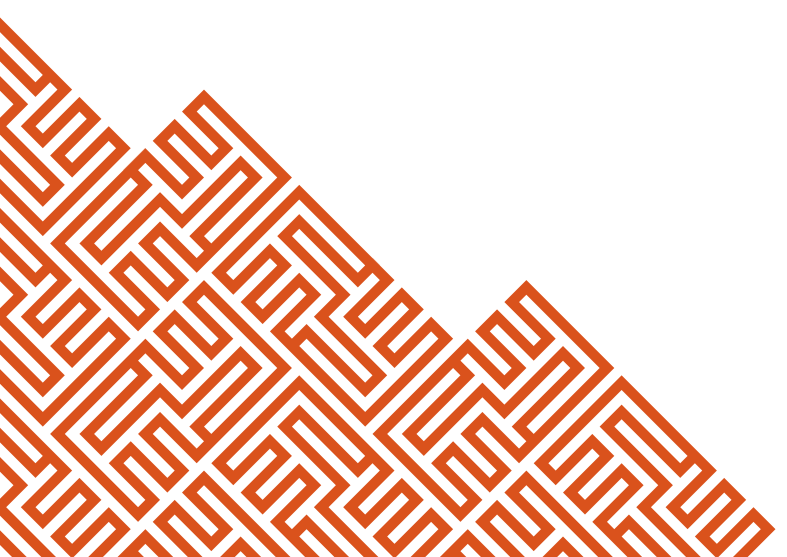
En una còpia impresa la unitat es donarà en centímetres o polzades i farà referència a la mida del paper. La resolució d'una imatge impresa es donarà en DPI (Punts per Polzada) o bé PPI (Píxels per Polzada). Una impressora pot imprimir una certa quantitat de punts en una polzada (=2,54cm). Quan més alt sigui el valor, més fina serà la impressió.

Les imatges destinades a la impressió de cartells han de tenir la resolució i la mida suficients per a que sigui vista amb la suficient qualitat en la mida desitjada. Entre els diferents factors que influeixen en la qualitat d'una imatge, com són el brillo, el contrast i l'enfocament, tenim un aspecte fonamental que és la resolució.

Quan millor sigui la resolució d'una imatge gran, millor qualitat tindrà, és a dir, serà més real i més semblant a la imatge que veiem a l'ordinador. La resolució és un factor independent de la mida de la imatge. Tant una manca com un excés de resolució són negatius a l'hora de representar la imatge.

Quan es treballa amb una imatge per imprimir, és molt important que la imatge d'origen tingui la resolució estàndard d'impremta de 300 pp.

Per tant, per fer un cartell en mida A4 (2480px x 3508 px) o A3 (3508px x 4961 px) necessitem una imatge amb una **resolució de 300 DPI** (Punts per polzada).



6. Com ens comuniquem?

Al llarg dels quasi 4 anys de vida de l'Ateneu L'Harmonia hem anat definint la nostra imatge i el nostre llenguatge amb el que expresseu el nostre posicionament vers diversos eixos temàtics.



A l'Ateneu:

*Utilitzarem el **català** com a llengua vehicular (difusió en paper, *online*, web, correus electrònics, telèfon, atenció presencial..)

*Utilitzarem el terme **participants**.

* L'Ateneu és un espai per a la horitzontalitat, la implicació, la proximitat, l'assemblearisme, la sostenibilitat, la inclusivitat, la participació, la intergeneracionalitat i la igualtat. És també un espai **sensible i positiu**, crític amb allò establert, que facilita i garanteix la igualtat efectiva entre totes les persones.

*Intentarem parlar sempre que sigui possible en **primera persona del plural** (nosaltres).

Ex: "En aquest taller treballarem des d'una òptica comunitària el teatre social..".

*Quan ens dirigim a una persona o a un grup de persones concretes, **intentarem apel·lar a la persona que ens està llegint** i sempre ho farem amb un llenguatge fresc i proper.

Ex: "Ets una persona amant del ioga o de l'acroioga?"



A l'Ateneu:

*No ens dirigim a les persones com **usuàries** ni **clientes**.

*A l'Ateneu no es permet el desenvolupament de dinàmiques i actituds **racistes, sexistes, homòfobes**, de caire **feixista** i **militarista**. En definitiva, no utilitzem llenguatge que falti al respecte a qualsevol persona.

*Rebutgem el llenguatge **imperatiu**. Utilitzarem un llenguatge inclusiu, ja que ens interpela a totes les persones de la comunitat Ateneu.

Ex: "~~Deix l'espai tal i com l'has torbat. Apaga el llum al sortir.~~" "Deixem l'espai tal i com l'hem trobat i recordem apagar el llum al sortir".

*No utilitzarem un llenguatge sexista. Intentarem evitar utilitzar substantius que tinguin gènere, com "~~nen/nena~~", "~~treballador/treballadora~~" i sempre que sigui possible intentarem buscar un substantiu neutre com per exemple "infants", "equip". En cas que no sigui possible, **utilitzarem el femení genèric**.

7. Difusió

7.1. Difusió *offline*

Un cop a la setmana una persona s'encarrega de penjar cartells dels actes més rellevants pels punts d'interès de Sant Andreu i altres barris com ara La Sagrera i Nou Barris. Aquesta persona reparteix 55 A3 referents a la programació mensual i 500 fulletons de ma i 25 A4 i 15A3 de cartells específics d'alguns actes, principalment de producció pròpia.

Un cop a la setmana la persona tècnica de comunicació s'apropa a la seu del districte i diposita material de difusió a cada gaveta dels centres i equipaments culturals.

També imprimim 3.000 llibrets amb la informació referent als cursos i tallers trimestrals, que repartim en dues tandes: la primera quan arriben i la segona una setmana abans d'acabar les inscripcions (aproximadament). Acostumem a repartir un 45% dels llibrets a la primera tanda (1350), un 30% a la segona (900) i un 25% es queden a l'Ateneu (750).

Dins la comunicació offline també encartellem 5 A3 al propi Ateneu.

7.1. Difusió *online*

També comptem amb altres mecanismes de difusió: els canals *online*.

Dins d'aquests canals hi trobem les xarxes socials. A dia d'avui, L'Harmonia té presència a facebook, twitter, instagram i youtube. A més, té una pàgina web des de l'any 2016. Per a comunicar-nos amb les participants també utilitzem el servei d'enviament de butlletins electrònics *mailchimp*, a través del que enviem el butlletí electrònic a les més de 800 persones que ho han sol·licitat. S'envia el dilluns i inclou un o dos temes destacats (acte estrella, espai de participació, etc..) i l'agenda setmanal.



8. Web

Tota la informació relativa a l'Ateneu apareix a la pàgina web: actes, tallers, notícies, mecanismes de participació, entitats allotjades...

La web s'ha de mantenir actualitzada de manera diària, tenint en compte sobretot l'apartat de l'agenda, ja que és un dels continguts de la pàgina web més dinàmics. Sempre que puguem la informació de la web ha d'anar acompanyada d'enllaços que permetin al visitant saltar a altres pàgines webs i aprofundir en la programació. Els esdeveniments a l'agenda que siguin programació han de contenir una imatge, i si pot ser, un vídeo o un reproductor de *bandcamp* incrustat.



9. Logotips de comissions

Actualment cada comissió de l'Ateneu disposa del seu logotip.



.



/ateneu.lharmonia



@AteneuHarmonia



@ateneuharmonia



/ateneuharmonia



www.ateneuharmonia.cat



Comissió de comunicació | comunicacio@ateneuharmonia.cat