# BENIMACLET ENTRA

la teua guia del barri
novembre 2017

**Julia Reoyo i Sven Schwinning**
Edició, coordinació, màrqueting, fotografies, entrevistes, web i xarxes socials

**Manuel Pérez Bernat**
Disseny gràfic, disseny editorial, maquetació, fotografies, textos llocs i entrevistes

**Conxa Mestres i Nuria Botella Mestres**
Traduccions i assessorament lingüístic

**Fernando Carranza Miralles**
Disseny editorial, disseny gràfic, textos llocs

**Col·laboradors**
Alejandro Portaz, Miquel Canyada, Ivan Colom, Antonio Pérez, Fabiola Correas, Alba Pascual Benlloch, Escuela Meme, Guerrilla Impro, Assemblea CSOA l'Horta, Josep Martínez, David Estal, Elena Cadore, Mariangela Buonaguro, Álvaro Yebra, equip El Aprendiz, Carlos Goga i l'Associació de Veïnes i Veïns de Benimaclet.

**Portada**
Fabiola Correas

GENERALITAT VALENCIANA
CONSELLERIA D'EDUCACIÓ, INVESTIGACIÓ, CULTURA I ESPORT

**Dipòsit legal**
V369-2015

benimacletentra.org - 646 25 89 92
**info@benimacletentra.org**
benimaclet.entra
benimacletentra

**Hola!**

Tens entre les teues mans el 31é número de Benimaclet Entra, la teua guia del barri.

En aquesta revista podreu trobar articles, entrevistes, art, històries, iniciatives socials i notícies relacionades amb Benimaclet i també una agenda i tallers per a descobrir i gaudir del barri.

Xicotets comerços i xicotetes persones que units es fan grans. Això és aquesta revista: Una plataforma per a unir forces, per a proposar, debatre, dinamitzar el barri i poder oferir activitats culturals de manera conjunta.

Està dedicada amb amor a les persones que fan d'aquest projecte una realitat mes a mes i a tots els veïns i veïnes que treballen cada dia per a fer aquest barri un lloc més bonic, complet i interessant.

**Benimaclet: Tots els colors, totes les cultures.**

Benimaclet és un barri on gaudir de l'oci també és respectar el descans dels veïns, les veïnes i l'espai públic. Descans i oci poden conviure.

Gràcies a tots!



**ARTISTA DEL MES**
Fabiola Correas
4

**HUMANS DE BENIMACLET**
Alba Pascual Benlloch
7

**FENT BARRI**
I tu? Gentrifiques? - CSOA l'Horta
8

**FENT BARRI**
Economia circular - Lab. de Fabricación
10

**ANIMALS DE BENIMACLET**
Toby
13

**FENT CIUTAT**
Urbanisme contradit, ciutat compartida
14

**L'AVV COMUNICA**
El dret al descans i l'opció de l'oci responsable
16

**FENT CIUTAT**
Máscaras que alumbran
18

**BENIMACLET DE CINE**
Benimaclet Imaginacció
20

**BENIMACLET CUINA**
Ceviche Nikei - El Aprendiz
22

**BENIMACLET COENT**
Los Hermanos Coent
23

**BENIMACLET ESCRIU**
#lovetopía - Carlos Goga
24

**TALLERS**
Sempre aprenent
26

**PLÀNOL**
No et perdes!
33

**AGENDA**
Què fer aquest mes
34

**LLOCS**
Sentir-se com a casa
44

## Fabiola Correas

Portada del número de noviembre

fabiolacorreas.com
instagram / @fabiola_correas

**¿Qué te gusta dibujar?** Historias que escucho a la gente por la calle, que me cuentan mis amigas/os o que me pasan a mí. Mis personajes siempre tienen un poco de ficción y gran parte de persones que conozco o que he visto por la calle.

**¿Por qué esta predilección por las pequeñas historias?** Yo siempre digo que sigo manteniendo mi parte de niña y espero no dejarla de lado nunca. Creo que nadie debería de perderla, es por ello por lo que trabajando para niñas y niños sigo sintiendo que mantengo esa parte de mí, viva y activa. Me siento a veces un poco Peter Pan, aunque siempre digo que en verdad ojalá el trabajo guste también a gente de mi edad y más mayores porque eso significa que ellos tampoco han perdido ese niña o niño que tienen dentro.

**Hemos leído que te gusta escuchar conversaciones de la gente en la calle, ¿por qué motivo?** Hay veces que pensamos que no prestamos atención a lo que nos rodea y muchas veces merece la pena escuchar y observar. Vamos siempre de lado a lado con prisas con los teléfonos móviles y no prestamos atención a nada. Una vez escuché a una mujer que contaba que estaba en España de visita a su familia, pero que lo hacía muy de vez en cuando ya que vivía en África. Ella era arquitecta, y estaba allí por su cuenta construyendo casas sostenibles. También llevaba una bolsa entera con *tuppers* de comida tradicional africana, contaba un montón de historias interesantes de allí, aún tengo pendiente dibujarla.

**¿Cuáles son tus referentes?** Tengo muchísimos, ilustradores como tal dentro de España, me gusta mucho Ricardo Cavolo, los colores primarios que siempre utiliza, su forma de transmitir tanto con formas sencillas. Hablando de ilustradores internacionales también me inspira mucho el trabajo de Sonia Lazo o Joey Chou. Fuera del mundo de la ilustración, el director Wes Anderson me gusta mucho por las composiciones fotográficas que siempre aparecen en sus películas, así como el tipo de historias que cuenta. Aparentemente son historias cotidianas pero que siempre tienen un poco de locura.

**¿Cuál es tu libro infantil favorito?** De pequeña tenía un libro favorito que se llamaba un *Un culete independiente*, me gustaba muchísimo y hace poco pude volver a conseguirlo, lo volví a releer y me volvió a enamorar. La historia es muy divertida y las ilustraciones muy bonitas. Ahora sigo coleccionando álbumes ilustrados, me encantan, tengo de todos los estilos, formas y colores. Uno reciente que me gusta mucho es *Salvaje* ilustrado por Emily Hughes o *La familia de la vajilla impar*, ganador del V Premio Internacional Álbum Ilustrador de Edelvives.

**Háblanos del libro *El mensaje de los pájaros* de Joan Manuel Gisbert, ilustrado por ti.** Es un libro que trata de un tema precioso, la libertad. Joan Manuel cuenta la historia a los más pequeños a través de los pájaros, que son animales que ya de por sí simbolizan la libertad, pero se aplica también a las personas, además de a los animales.

**Huyes de la realidad más dura buscando la alegría con una estética muy viva, ¿cómo consigues encontrar fuerza?** Creo que en parte es por mi manera de ser, siempre estoy buscando la parte positiva de las cosas, incluso en los momentos más fastidiados siempre hay algo que se puede sacar de eso. Creo que trato de aplicarlo en mi trabajo también.

**En tu trabajo existe un compromiso social, ¿cuál crees que es el papel de la ilustración en el mundo en el que vivimos?** Creo que a través de la ilustración se pueden contar cosas duras o difíciles tal y como son, pero de manera más "amable" o llamativa. Para mí la ilustración es como un símbolo de exclamación gigante en mitad de la calle (en caso de los carteles, por ejemplo) para llamar la atención de la gente y poder transmitirle algún mensaje.

**¿Cuál es el mejor *feedback* que has recibido con tu trabajo?** Fue en Madrid, estaba ilustrando los cristales de una peluquería en Lavapiés, y una niña se sentó a mi lado y empezó a dibujar en un papel lo que yo estaba dibujando porque según me dijo su madre le estaba gustando mucho.

**¿Cómo es la ciudad en la que vives?** Valencia para mí es una ciudad que apuesta por crecer en todos los sentidos, con gente que siempre están dispuestos a echarte una mano y con rincones e historias por todos sus callejones.

**¿Cómo es tu ciudad soñada?** Una ciudad con muchísimos espacios verdes, naturaleza por todos lados. Buenos sitios vegetarianos para comer (aunque de eso en Valencia hay bastante).

**¿Cómo ves Benimaclet?** Un barrio con mucho movimiento cultural, multiculturalidad, dónde da gusto caminar por las calles porque parece que todo el mundo se conoce.

**Háblanos de la portada.** Cuando era pequeña en otoño me gustaba quedarme muchos domingos por la tarde en casa y con papeles y cosas que encontraba por casa hacía como "picnics" para mis juguetes. La portada cuenta un poco eso que me gustaba hacer a mí, pero a través de animales en vez de juguetes.

*Entrevista por Manuel Pérez Bernat*

ESCUELA
MEME

SOM
UNA ASSOCIACIÓ
COL·LABORATIVA
I EN EVOLUCIÓ CONSTANT
QUE ESTEM
RECUPERANT
UNA VELLA ALQUERIA
PER ACTIVAR-LA COM
UN ESPAI CULTURAL
AUTOGESTIONAT
OBERT A LA CIUTAT

**Alba Pascual Benlloch, 32 anys**
Dona polivalent

"Moriré pero volveré, y seré millones" *Bartolina Sisa*

## I tu? Gentrifiques?

Benimaclet i CSOA l'Horta no són aliens a la gentrificació

Les últimes dècades s'ha parlat més i més de la gentrificació. Centenars de col·lectius, grups de científics i periodistes d'investigació han tractat, analitzat i reflexionat sobre aquest tema. La dinàmica, el procés, els diferents aspectes i les conseqüències de la gentrificació i el rol dels pioners, com ara estudiants, artistes o tribus urbanes, són ben coneguts. En quasi totes les ciutats s'està fent front en contra d'aquest fenomen; moltes iniciatives veïnals des de dècades, com per exemple en barris com Kreuzberg a Berlín o Malasaña a Madrid. Encara que els processos de comercialització, expulsió i gentrificació pareixen quasi imparables, també han existit èxits que han frenat els processos o s'han enfrontat als seus pitjors símptomes.

Les raons que ho provoquen es troben al sistema econòmic en què vivim i en el que estem socialitzades: el capitalisme.

Amb la seua tendència de creixement i la seua recerca constant de nous mercats i productes comerciables (siguen materials o immaterials), el capitalisme té la capacitat d'integrar quasi totes les formes de vida, de produccions, d'expressions culturals, etc., en la seua lògica de plusvàlua i competició econòmica. També formes que expressen crítiques al mateix o intenten crear una consciència anticapitalista, no estan segures de la seua explotació i integració. Com a exemples hi ha prou sèries i pel·lícules suposadament crítiques amb el capitalisme produïdes per les grans empreses que dominen el món audiovisual; els CDs de *Rage Against the Machine* estan distribuïdes per Sony BMG, en molts festivals alternatius toquen les que tenen la productora més competitiva, samarretes de "feminist" que es poden comprar a *H&M* i productes ecològics ara sols són una marca més al *Lidl*.

A més el capitalisme influeix en tots els nivells de l'educació i socialització d'on som partícips. Seguint la necessitat d'expressar la nostra identitat i individualitat caiem constantment en el joc de la comercialització. Volem sentir-nos part d'una tribu urbana, una classe, un grup cultural o ideològic, i volem moltes vegades que siga visible. Distinció cultural a través del consumisme: la roba que portem, els aliments que consumim, els esdeveniments on acudim, els estils de vida que tenim, els barris on vivim, etc.

Benimaclet no està fora d'aquesta lògica capitalista, però vivim un procés de gentrificació diferent on la degradació no és l'eix inicial del procés, sinó factors com la ubicació prop de les universitats i la nova marca de Benimaclet que "mola" per l'oferta cultural i comercial, i per la festa. Però amb les mateixes conseqüències: augment del preu de vida, instauració de nous comerços i serveis al gust i necessitat de les noves veïnes elititzant el barri. Fent així que les veïnes no senten el barri propi i per contra els futurs usuaris el veuen com un objecte més de consum.

Amb tot açò som conscients que el CSOA l'Horta juga un paper també en aquest tipus de gentrificació que donen una marca diferent d'un barri i contribueixen a una dinàmica que converteix un barri en un barri de moda. Però també sabem que açò es dóna pel sistema econòmic, polític i social en el qual vivim.

Dins d'aquesta realitat veiem important reflexionar aquests perills i ser honestes amb ells. Intentem negar-nos a la comercialització i mercantilització i treballem de base per impulsar l'autoorganització i consciència crítica.

En tot el nostre activisme, moltes vegades en un marc més reformista, tenim clar que l'objectiu ha de ser crear una societat més enllà de la competició, explotació, injustícia social i destrucció de la terra.

*Assemblea CSOA l'Horta*

## Economia circular

Eficiència, reducció i consum

Actualment vivim amb un sistema econòmic lineal que es basa a produir, consumir i tirar els recursos els quals disposem d'ells diàriament i que suposen un gran esforç aconseguir-los. Normalment no som conscients del que suposa rebutjar un objecte i no tractar de reutilitzar-ho. Açò és un **problema global, ja que no disposem de recursos il·limitats**, són escassos i finalment s'acaba convertint en un conflicte mediambiental entre molts altres.

Però l'economia lineal no es tracta d'un problema que només afecte directament a la natura, també influeix indirectament a la **deslocalització de la indústria i per tant, a l'economia de les persones**, alterant la generació de llocs de treball, ja que resulta més barat produir materials nous a països situats a altres continents més llunyans i es deixa de realitzar al nostre territori. Com a conseqüència, la indústria local desapareix.

Amb l'economia circular canvia tot, principalment es busca preservar i millorar el capital natural, és a dir, els recursos dels quals depenem i usem de forma constant, potenciant el moviment de nutrients del sistema de producció d'objectes, creant condicions que permeten la regeneració dels recursos i **evitant la generació d'uns recursos que ja disposem** que no cal produir de zero, sinó reconvertir-los.

També busca l'eficiència amb l'ús dels recursos, la màxima utilitat com a prioritat. Açò suposa pensar el procés de disseny i de fabricació per tal que aquests es puguen repetir una vegada i una altra. D'aquesta forma, els components i materials recirculen i continuen contribuint a l'economia, formant part de nou d'un sistema on són útils, **sense necessitat de produir-ne nous**, estalviant diners, preservant energia i generant un procés de reciclatge o reutilització.

L'economia circular tracta de 6 punts vitals; disseny accessible per poder reparar i reciclar els materials, producció o fabricació amb materials reutilitzables, distribució del producte de forma local, evitant recórrer llargues distàncies, consum responsable reutilitzant els productes i els seus components, recollida dels residus produïts per aquests objectes i com a final, el reciclat integral de tots els components i materials. Però, no es tracta d'un final, sinó d'un "recomençament". En aquest procés, l'entrada de la matèria primera només es realitza abans del primer punt, el disseny, i no torna a entrar dins del procés altre cop, o almenys s'intenta reduir al màxim possible.

Pensant un disseny on els components estan preparats per a poder desmuntar-los, readaptar-los i reparar-los es facilita molt el procés circular, s'aconsegueix que les persones, sense cap coneixement específic siguen capaces de canviar el model actual lineal d'un sol ús, passant-se a la reutilització i reciclatge de forma senzilla. Malgrat això, a l'economia lineal, algunes de les grans empreses de productes tracten de fer el més difícil possible aquest procés, incorporant, per exemple, sistemes de subjecció de components que una vegada s'intenta desmuntar, es trenquen fent impossible la reparació i per tant rebutjant i desaprofitant uns materials molt valuosos.

Cal considerar els impactes mediambientals derivats del cicle de vida dels productes, reduint al màxim el final de vida habitual, el fem. La major part dels materials plàstics estan pensats per reconvertir-se en productes emprant una energia inferior que la de producció inicial, **tornant aquest material als processos de fabricació** com matèria primera en brut.

Hem de caminar cap a una economia circular, on els residus i subproductes, entren de nou en el cicle de producció com a matèries primeres secundàries. En definitiva, **l'ús de residus com la principal font de matèria primera**.

*Laboratorio de Fabricación*

WWW.
LABORATORIO
DE
FABRICACION
.COM

.....

El teu espai a Benimaclet on fer disseny, prototips i maquetes, electrònica, tallers i cursos, I+D+i, usar maquinària i fabricar quasi qualsevol cosa.

ASSOCIA'T! :)

.....

**Poeta Carles Salvador, 8**
46020 Benimaclet (València)

.....

**info@laboratoriodefabricacion.com**
96 015 19 78 / 685 925 396

# ESCUELA MEME

## ASPIREM
A RELACIONAR-NOS
AMB SOLIDARITAT, RESPECTE
I TOLERÀNCIA,
## A UN ESPAI LLIURE
DE QUALSEVOL TIPUS
DE FEIXISME I FANATISME,
A UNA BONA CONVIVÈNCIA
AMB EL VEÏNAT I
## A UNA VIDA MILLOR

**Toby, mestís de 3 anys**
8 kg, esterilitzat

"Busque una família a qui donar amor. Em porte de meravella. Sóc un trosset de pa i súper afectuós. Si vols conéixer-me, només has de cridar-me al 686 589 146"

## Urbanisme contradit, ciutat compartida

Narratives de la ciutat

Pruna és una microeditorial, de llibres en català, nascuda l'any 2015 en el barri de Marxalenes. Un projecte sorgit en un marge de les indústries culturals. L'equip el conformem un dissenyador, Dídac Ballester, un assessor lingüístic, Rubén Luzón, i jo mateix. Com les prunes, publicarem llibres de molts colors: verd i groc clar, morat, roig obscur, negre, taronja, ambre o daurat. I abastarem diversos àmbits del coneixement i de la literatura, sense manies ni plans previs. L'art, la història, la sociologia o l'urbanisme estaran presents en el nostre catàleg. Les idees prendran cos des de gèneres com l'assaig, el periodisme, els dietaris, la narrativa i, també, amb llibres híbrids, fronterers, que germinen en els marges.

Al llarg d'aquest article repetirem en diverses ocasions la paraula *marge*. I no ho fem debades: en els marges de les maneres, diguem-ne convencionals, de contar ficcions o de contar la realitat queda molt per explorar.

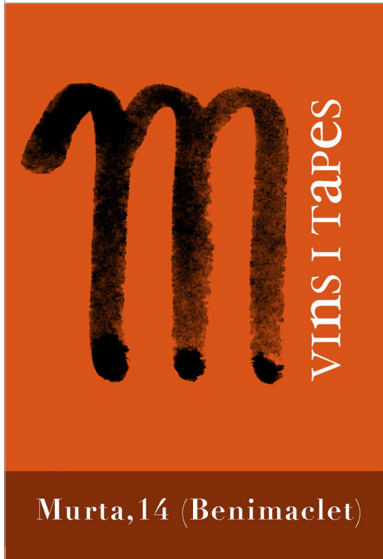
*Urbanisme contradit, ciutat compartida*, de David Estal, és el quart llibre que publiquem. Un llibre amb l'índex camuflat, sense resum en la contracoberta, amb el text sense justificar, farcit d'il·lustracions i que no acaba quan hauria d'acabar, sinó amb unes *notes al marge*… sí… "una obra inacabada, fragmentària i asistemàtica", com la ciutat mateixa. Perquè així és com ell, que es guanya les garrofes fent d'arquitecte, entén la ciutat. David nasqué en un barri de la perifèria sud, Sant Marcel·lí, i es va amarar, des de menut, de les reivindicacions veïnals, d'eixes nimietats com són demanar més semàfors o més jardins que posen fre a l'asfalt i els cotxes. I allà on es creua el carrer Sant Vicent amb l'horta, a tocar del nou llit del riu Túria, David començà a intuir que les històries més boniques de les ciutats, les xarrades en un banquet prenent la fresca, els cors dibuixats en una façana o el *bon dia* a la porta del forn no tenen cabuda en els plànols o els croquis, que encara ningú ha inventat les icones que les representen. O només hi caben, gargotejades, en un marge, com volent ampliar-ne els límits.

Al llarg d'*Urbanisme contradit, ciutat compartida* ens parla sobre la participació ciutadana, la planificació urbanística, la rehabilitació, la mobilitat o l'espai públic, amb València de rerefons i des de l'experiència professional. És un llibre escrit amb la il·lusió de poder narrar amb empatia i proximitat inquietuds urbanes, oportunes amb el canvi polític, que tracten de l'àmbit públic des d'una òptica personal. Sempre des de la consideració que es tracta d'un pensament ple d'interrogants però també coincidències, demanà expressament aportacions a dos referents, Eduardo Mangada i Carles Dolç, perquè en feren la seua lectura i li replicaren. I no són els únics, perquè al llarg del llibre van aparèixent altres veus i altres protagonistes.

I perquè no podíeu aparéixer tots en el llibre i ens agrada escoltar-vos i conéixer-vos, al setembre encetàrem a Sant Marcel·lí la nostra gira pels barris de presentacions, que ja ha recorregut o recorrerà tots els cantons de la ciutat: Natzaret, Castellar-L'Oliveral, Ciutat Vella o El Cabanyal. I, per descomptat, també vindrem a Benimaclet, així que el pròxim dimecres 22 de novembre, a les 19 h, us esperem amb Llum Bracho i David Estal al CIM.

*Josep Martínez*

**Presentació d'*Urbanisme contradit, ciutat compartida***
Dimecres 22 de novembre - 19h
**Centre Instructiu Musical - CIM**
C/ Baró de Sant Petrillo, 14



## El dret al descans i l'opció de l'oci responsable

Al barri de Benimaclet portem patint molts anys el problema del mal anomenat "botelló", des de sempre a la plaça de Benimaclet i carrers limítrofs. Ara s'hi ha afegit el descampat dels carrers Lliri Blau, Mistral, avinguda Valladolid, sense oblidar-nos de les festes *rave* que es realitzen en l'alqueria Serra.

L'Associació de Veïns i Veïnes de Benimaclet sempre ha estat implicada en presentar totes les denúncies corresponents a les autoritats municipals, reunions amb les regidories implicades, notes de premsa, infinites reunions en el nostre local, ... També hem aportat tota classe d'idees perquè des del govern municipal les pogueren fer efectives per a pal·liar aquesta greu situació que pateixen especialment els veïns i veïnes afectats. En tots els Plens del Consell de les Juntes de Districte Municipals hem denunciat aquesta situació, com ho poden testificar els assistents a eixos plens. Tot açò està documentat en els nostres arxius i a la disposició dels nostres socis. En les reunions semestrals amb la Policia Local i la Nacional seguim denunciant l'escassa coordinació real que existeix entre ambdues i l'escàs nombre de sancions econòmiques i socials que s'imposen. No ens serveixen les estadístiques que ens ofereixen de tot açò.

Insistentment hem denunciat que, almenys, es complisquen les normes municipals vigents i afirmem que ni l'Ajuntament anterior ni l'actual s'han posat a la feina per a intentar pal·liar el problema, tan sols algunes mesures de tipus policial en algunes ocasions...

Sempre hem reivindicat que el problema del "botelló" en tota la ciutat, cada vegada més estès, té dues solucions: una per desgràcia de tipus policial a curt termini i una altra de tipus educatiu a llarg termini, aquesta última per desgràcia totalment abandonada. Pel que sembla les forces dels *lobbies* de l'oci nocturn tenen molt poder econòmic i les autoritats no s'atreveixen a enfrontar-se a ells.

No estem en contra d'un oci responsable, sempre hem mantingut que l'oci és una opció necessària però controlat i que el **descans és un dret primordial i necessari**.

Per les xarxes socials va aparèixer una convocatòria sense cap classe de signatura per a una concentració a la plaça de Benimaclet el dia 13 d'octubre, a la qual assistim, malgrat que creiem que totes les convocatòries han d'anar signades per les persones que les convoquen. En la concentració es van dirigir alguns insults cap a la nostra associació, per la qual cosa decidim retirar-nos la major part de la nostra associació.

Creiem que els problemes es resolen treballant conjuntament, no insultant injustament a aquelles associacions o persones que han demostrat que es preocupen pels problemes i que fa molts anys que realitzen una labor positiva per a millorar el nostre barri.

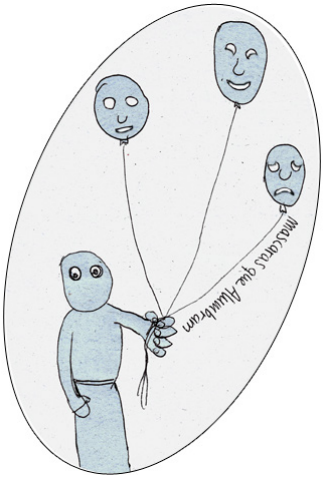
Benvinguts tots aquells que ara es mostren disposats a treballar pel barri, els estàvem esperant des de sempre, però amb el respecte que mereixen totes les persones, ningú es pot arrogar la representativitat de tot un barri. La nostra associació seguirà el seu treball per a intentar aportar el seu gra d'arena en aquest tema i en tots els problemes que tenim en el nostre barri i recolzarem totes les iniciatives en el tema del "botelló", sempre que es realitzen de forma dialogant i respectuosa, perquè tots els veïns i veïnes que pateixen aquest problema es mereixen tota la nostra solidaritat i suport.

*Antonio Pérez Martínez*
*President de l'Associació de Veïns i Veïnes de Benimaclet*

Madre y Padre de día
SEMILLITAS
de Benimaclet
Rocío Crespo y Paco Giner. Psicólogos
semillitasdebenimaclet@gmail.com
T. 608 955 385

SIGUE
arbretbenimaclet@gmail.com
628918477/Ceci

963 06 62 55
LaCulonaValencia
laculonagastrobar
la culona
C/ de la Murta Nº 41
Benimaclet, Valencia




## Máscaras que alumbran

La creació artística com a eina d'evasió i recuperació emocional

"Máscaras Que Alumbran" és un **projecte d'Arteràpia i Creació acompanyada**, creat per Mariangela Buonaguro i Elena Cadore en col·laboració amb l'Associació Ambit de València. Està pensat **per als reclusos del Centre Penitenciari de València** a Picassent i neix de la necessitat de donar visibilitat a un col·lectiu minoritari: els joves i les joves (des dels 18 fins als 21 anys) actualment residents en el centre.

"Máscaras que Alumbran" és un projecte amb finalitats terapèutiques en el qual els instruments artístics no tenen com a finalitat la creació de l'objecte o del producte artístic; el que pretenem és "activar processos creatius que faciliten la rehabilitació i la reinserció social a través de les ferramentes artístiques". L'objectiu fonamental del taller és acompanyar la persona cap a una comunicació íntima i personal, intervinguda per l'ús d'eines artístiques i dinàmiques de diversos tipus.

El fet que a Espanya el 50% de les persones recluses són reincidents, indica que "al sistema penitenciari" li falten eines i metodologies que permeten i faciliten vertaders processos de reinserció social una volta complida la condemna. El nostre dubte, al voltant dels models de rehabilitació que "el sistema-presons" hui dia proposa, es troba sintetitzada en una pregunta molt bàsica: **Pot una persona rehabilitar-se, tancada entre les parets d'una habitació?** Estem convençudes que no: el tancament genera sentiments adversos a la reinserció i per açò són fonamentals tallers i activitats que ajuden al jove pres en la re-elaboració de les seues emocions i del seu present.

Creiem que l'acte creador representa, per la seua naturalesa, una trobada amb el món interior: trobada sanadora que dóna lloc a una acció de comunicació, d'expressió i de curació. Des d'aquest punt de vista la pràctica artística (l'ús de la dinàmica teatral, el joc, la presència del grup, l'acompanyament constant dels facilitadors) es transforma en eina per a ajudar al jove reclús en l'elaboració de present i en la comprensió del seu propi estat emocional, acompanyant-ho en el descobriment dels seus "recursos interns", eines indispensables per a una vertadera activitat de recuperació i reintegració.

Pensem que la presó no ha de ser un lloc on complir càstigs, creiem que proposar la integració de la pràctica de l'Arteràpia puga deixar la seua petjada profunda i acompanyar la persona en una experiència tan extrema.

El projecte "Màscaras que Alumbran" té el compromís social de **donar visibilitat a l'experiència humana que es genera en absència de llibertat i que s'oculta darrere dels murs**, amb l'objectiu de crear interaccions socials i reflexions sobre la relació entre la realitat dels detinguts i la seguretat social de cadascú.

*Equip Máscaras que alumbran*

**Com col·laborar en la campanya**
**1** Finançant-la
**2** Donant materials plàstics
**3** Ajudant-nos en la difusió
**4** Col·laborant com a voluntaris en l'Acción de Mediación Artística

**Trobaràs la campanya de *crowdfunding* per a col·laborar amb el projecte en**
goteo.org/project/mascaras-que-alumbran
**Fins al 3 de gener!**

**Per a més informació**
facebook / mascarasquealumbran

EL APRENDIZ
plaza Río Duero
646 889 436
Benimaclet

LA TORRAETA
LUNES A SÁBADO
DE 19 A 00.00 H
C/. Dr. Vicente Zaragozá, 52
46020 Benimaclet - Valencia
Tels. 96 338 87 05 - 644416989
info@latorraeta.com
www.latorraeta.com
latorraeta

AUTÉNTICAS TORRADAS DE PAN DE PAYÉS DE 35 cm.

## Benimaclet Imaginacció

Concurs de curts, tallers i sessions didàctiques

Al novembre, arriba de nou l'esdeveniment audiovisual més gran del barri, la 5a edició de Benimaclet Imaginacció. I ho fa amb una programació plena d'activitats com ara sessions didàctiques i tallers per a tots els públics i, per descomptat, el concurs audiovisual. Com sempre, volem aprendre i compartir entre tots la creació artística i tot el que el barri ens ofereix a través del cinema. **Un cinema que també ens permet veure i explicar noves històries que succeeixen entre els nostres carrers i les nostres veïnes**. I compartir noves imatges i sons del barri, i que el fan tan gran com la nostra imaginació.

L'Associació de Veïns de Benimaclet organitza aquest esdeveniment que es celebra des de 2011, i compta amb el suport de la Regidoria de Cultura de l'Ajuntament i amb la col·laboració especial de Caixa Fosca i Some Like It Short. Una de les novetats d'enguany és la programació especial de **sessions didàctiques, dedicades al cinema d'animació**. En elles aprendrem de l'experiència de tres estudis d'animació reconeguts internacionalment, com són els de Pablo Llorens, Javier Tostado i Jaime Maestro. I, amb ells, coneixerem des dels secrets de l'animació 3D, a la tècnica *stop-motion* amb ninots de plastilina, a més de veure els seus curts més famosos. Tot açò tindrà lloc en el Teatre Círculo l'última setmana de novembre.

El **concurs audiovisual** segueix sent el plat fort Benimaclet Imaginacció, per a persones de totes les edats i vídeos realitzats amb qualsevol tècnica, estil o càmera (també el mòbil, clar!). Solament han de complir dos requisits: estar gravats, ambientats o inspirats en el barri de Benimaclet i tenir una durada inferior als dos minuts. Així que ja podeu anar pensant idees, com més en tingueu, millor, en grup o en família, ja que podeu presentar tants vídeos com vulgueu. I si podeu participar en algun dels tallers, segur que us inspiren per a les vostres creacions.

Enguany en són cinc els **tallers creatius** programats: tres per a públic infantil i dos per a joves i adults. Els primers estan dedicats a xiquets d'Infantil i Primària, i adults acompanyants, i estan orientats a aprendre i gaudir el cinema fomentant la mirada crítica i la creativitat. En un d'aquests tallers veurem com fàcil de fer és un vídeo d'animació, només amb una tauleta o un mòbil. D'altra banda, tenim un taller sobre la vídeo-creació més artística i un altre d'interpretació d'actors, molt interessant per a fer el pas de posar-nos davant d'una càmera. Per tant, animem totes les persones a venir i participar en aquest festival de cultura i educació audiovisual. **Amunt la Imaginacció!**

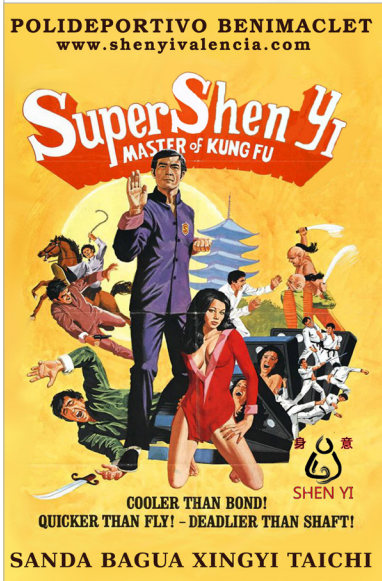
*Associació de Veïns i Veïnes de Benimaclet*

**Sessions didàctiques d'animació**
**"Els inicis de Clay Kids", a càrrec de Clay Animation**
Dimarts 28 de novembre
**"Fantasies amb *stop-motion*", a càrrec de Plastianimation - Pablo Llorens**
Dimecres 29 de novembre
**"Com es fa una animació 3D", a càrrec La Tribu - Jaime Maestro i Nadia Ruiz**
Dijous 30 de novembre

**Tallers**
**"Aquest no és un taller de vídeo-art" amb Valentina Paz Henríquez**
8 i 9 de novembre / 18-20h
**"Taller intensiu d'actors" amb Alejandro Portaz**
13 i 15 de novembre / 17-19h
**Taller infantil d'animació "Benimanimacció", amb Emilio Martí**
20 i 22 de novembre / 17.30- 19.30h
**Tallers infantils de cinema "Aprendre a mirar", de Lluminària-Educació Patrimonial**
4 i 5 de desembre / 17.30-19.30h

**Concurs**
**Termini d'enviament** 7 de desembre
**Direcció** benicrea@gmail.com
**Lliurament de premis** 15 de desembre

**Pròximament tota la informació en** benimacletimaginaccio.org



## Ceviche Nikei d'orada i llagostins

El Aprendiz

**Dificultat** Mitjana
**Nombre de comensals** 4
**Temps** 30 minutets

**Ingredients**
- 1 llom d'orada net i sense espines
- 6 llagostins frescs
- Mig mango
- 3 llimes
- 1 dent d'all
- 20 g de gingebre
- 10 ml de soja
- 20 ml d'aigua
- Mitja ceba morada
- Sal
- Pebre
- Sucre

El ceviche és un plat peruà que es fa amb peix, generalment blanc, i mariscs marinats en cítrics. Té moltíssimes variants: els ingredients i les quantitats es poden variar a gust del consumidor. És important el punt cítric que serà el que farà coure el peix. Aquest ceviche forma part de la cuina Nikei, que és la fusió de la gastronomia peruana i japonesa. Bon profit!

**Per al peix**
**Pas 1** Netejar el llom d'orada i retirar la pell.
**Pas 2** Amb ajuda d'unes pinces llevar les espines i tallar el peix en daus.
**Pas 3** Pelar i trossejar els llagostins.
**Pas 4** Reservar-ho en la nevera.

**Per a la marinada**
**Pas 1** Ratllar l'all i el gingebre en un bol.
**Pas 2** Afegir el suc de les llimes, la soja, l'aigua i la sal i el pebre al gust.
**Pas 3** Afegir un poc de sucre per a corregir l'acidesa.

**Per a emplatar**
**Pas 1** Cobrir el peix amb la marinada.
**Pas 2** Afegir el mango tallat a daus i la ceba morada tallada en juliana.
**Pas 3** Marinar durant 10 minuts.
**Pas 4** Emplatar.

*Equip El Aprendiz*

**El Aprendiz**
Avinguda Primat Reig, 153
960 50 89 19
facebook / elaprendizbenimaclet

**Los Hermanos Coent**
facebook / loshermanos.coent

## #lovetopía

Carlos Goga

La trama de la novela #lovetopía transcurre en una utópica sociedad española donde las proclamas y demandas del 15M triunfaron, donde instituciones políticas y económicas escucharon la indignación de la calle y se adaptaron para servir mejor a las personas y a la vida.

Es el año 2033. Un periodista español visita de manera oficial **Lovetopía**, un país dirigido por mujeres y surgido tras la independencia del Levante español desde las influencias del 15-M. El periodista, a través de sus artículos y de su diario íntimo, supera la mayoría de prejuicios y creencias limitantes que le mantienen atrapado a la sociedad de consumo occidental. Además, de la mano de las mujeres *lovetopianas*, disfruta de una sexualidad evolucionada que le llevarán a redescubrir las relaciones hombre-mujer.

**#lovetopía** es una visualización de cómo sería una sociedad moderna, y cómo serían sus ciudadanos, si apostamos por una educación orientada a la felicidad, una alimentación y una sanidad que persiguen la salud, una economía basada en el bien común y en la generosidad, y una democracia real que utiliza las nuevas tecnologías para que los ciudadanos ejerzan su soberanía política.

**¿Por qué una novela como #lovetopía?** #lovetopía es mi intento de contribuir al momento actual con una ensoñación positiva, optimista y alcanzable de una estructura social renovada y mejorada. Porque creo sinceramente que visionar una alternativa de futuro mejor, o soñar en positivo, es el paso necesario antes de abandonar lo que tenemos y atrevernos colectivamente a entregarnos a lo nuevo.

**¿Por qué has optado por independizar al litoral español en lugar de Cataluña o el País Vasco?** La secesión de Lovetopía nada tiene que ver con reivindicaciones nacionalistas o históricas. La independencia nace del hartazgo de la gente de la calle ante la irresponsabilidad y la corrupción de las instituciones y sus dirigentes.

**¿Por qué otorgas un papel tan central a la sexualidad en las relaciones hombre-mujer?** La sexualidad es central en el sentir de hombres y mujeres y marca, aunque de manera inconsciente, la mayoría de nuestros comportamientos. Hemos heredado una sexualidad oscura, pecaminosa y genital que nos condiciona y limita, y sé que tenemos a nuestro alcance una sexualidad muy diferente que describiría como luminosa, divina e integral. No creo posible un cambio exterior sin un cambio interior.

**¿Qué quieres conseguir con este libro?** Cada palabra de la novela es una invitación abierta, incondicional, para que aunemos esfuerzos e ilusiones y construyamos una Lovetopía aquí y ahora. Son muchas las maneras a nuestro alcance de empezar ya. Pero la primera y fundamental, la que yo elegí personalmente cuando releí el texto final, es decidir convertirse en *lovetopiano* o *lovetopiana*. Son muchas las pequeñas cosas que definen el estilo de vida *lovetopiano*. La novela es una invitación para que el lector las incorpore y las integre en su vida. Yo lo he hecho y el sentir íntimo es realmente diferente y mejorado. Además, estoy convencido de que Lovetopía se construirá de abajo a arriba, así que cuantos más *lovetopianos* y *lovetopianas* seamos, cuánto más se difunda el sueño, más cerca estaremos todos y todas de disfrutar de este nuevo mundo que llevamos en el corazón.

*Carlos Goga*

Puedes descargarte el *pdf* gratis a través de *lovetopia.org* o leer el libro *online* a través de *Issuu*, *Wattpad* o *Scribd*.

**Puedes conseguir el libro en**
- Llibreria La Repartidora
C/ Arquitecte Arnau, 5
- *bubok.es*

gruseco
asesoría integral
de empresas, autónomos y particulares.
¡Te ayudamos!
fiscal
laboral
contable
jurídica
estudios económicos
Tel: 963 610 593
gruseco@gruseco.com
C/ Enrique Navarro, 34
46020 • Valencia

música/dansa · salut · art · jocs
teatre · xiquetes/ts · artesania · literatura/llengües

## Dilluns

| | | | |
|---|---|---|---|
| 8:30 | Ashtanga yoga | **Centre Mompó** | 45€/mes |
| 9:00 | Chen Taiji \| shenyivalencia@gmail.com | **Polideportivo Beni** | 35€/mes |
| 9:25 | Clases indumentaria Valenciana | **Esperanzarecicla** | - |
| 10:00 | Club Tejedores | **entre Agujas y Ganchillos** | 25€/mes |
| 10:30 | Sanda 7 Star Workout \| shenyivalencia@gmail.com | **Polideportivo Beni** | 40€/mes |
| 11:00 | "Hatha Yoga" + Info: 620 221 847 (Yolanda) | **Fusionart** | 18/mes |
| 11:35 | Clases indumentaria Valenciana | **Esperanzarecicla** | - |
| 12:00 | "Clases De Danza Del Vientre"Nivel 1. 665135572 | **Fusionart** | 20/mes |
| 14:30 | Yoga | **Asociación Samadhi** | |
| 15:30 | Pilates | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 15:30 | Pilates | **A Contar Mentiras** | - |
| 16:00 | Pilates | **Centre Mompó** | 40€/mes |
| 16:25 | Clases indumentaria Valenciana | **Esperanzarecicla** | - |
| 16:30 | Castañuelas | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 16:30 | Guitarra flamenca Iniciación | **Rocío Giner** | 32€/mes |
| 16:30 | Pilates | **A Contar Mentiras** | - |
| 17:00 | Pilates terapéutico | **Centre Mompó** | 45€/mes |
| 17:00 | Club Tejedores | **entre Agujas y Ganchillos** | 25€/mes |
| 17:00 | Sanda 7 Star Workout \| shenyivalencia@gmail.com | **Polideportivo Beni** | 40€/mes |
| 17:15 | Yoga | **La Pina submarina** | 30€/mes |
| 17:30 | Flamenco y sevillanas 6-9 años | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 17:30 | Pre-Danza II 5 a 6 años | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 17:30 | Yoga para peques | **Asociación Samadhi** | |
| 18:00 | "Danza Africana" + Info (Moukhamet) 632385529 | **Fusionart** | 20/mes |
| 18:00 | Pilates | **Centre Mompó** | 40€/mes |
| 18:30 | Sevillanas Iniciación | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 18:30 | Flamenco Iniciación | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 18:35 | Clases indumentaria Valenciana | **Esperanzarecicla** | - |
| 19:00 | Taichi- Chi kung | **Asociación Samadhi** | |
| 19:00 | Hatha yoga | **Centre Mompó** | 45€/mes |
| 19:15 | Pilates | **Centre Mompó** | 40€/mes |
| 19:30 | Sevillanas Medio | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 19:30 | Flamenco Iniciación | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 19:30 | "Bailes Latinos" Grupo 1 + Info: 696 810 012 | **Fusionart** | 25/mes |
| 20:25 | Hatha yoga | **Centre Mompó** | 45€/mes |
| 20:30 | Ritmos latinos | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 20:30 | Flamenco iniciación-medio | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 20:30 | Yoga dinámico | **Asociación Samadhi** | |
| 20:30 | Teatro de improvisación | **La Pina submarina** | 40€ més |
| 21:00 | "Taller de Teatro…" Nivel 1/A +Info: 697800774 | **Fusionart** | 30/mes |

## Dimarts

| | | | |
|---|---|---|---|
| 9:30 | Clases de costura a la carta | **Esperanzarecicla** | - |
| 9:30 | Yoga dinámico | **Asociación Samadhi** | |
| 9:30 | Qigong \| shenyivalencia@gmail.com | **Polideportivo Beni** | 25€/mes |
| 10:00 | Flamenco iniciación II | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 10:00 | Pilates | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 10:00 | "Clases De Pilates Postural" + Info: 622055590 | **Fusionart** | 25/mes |
| 10:00 | Xingyi bagua (Kung fu) \| shenyivalencia@gmail.com | **Polideportivo Beni** | 35€/mes |
| 10:30 | Pilates para embarazadas | **A Contar Mentiras** | - |
| 10:30 | taller de grabado y estampación | **Escuela Meme** | 40€ |
| 11:00 | Sevillanas Medio | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 11:00 | Pilates | **Asociación Samadhi** | |
| 11:00 | "Taichi y Chikung" + Info: 679 369 846 (María) | **Fusionart** | 25/mes |
| 11:30 | Pilates con bebés | **A Contar Mentiras** | - |
| 11:30 | Clases de costura a la carta | **Esperanzarecicla** | - |
| 12:00 | Flamenco Iniciación | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 12:00 | "Clases De Guitarra" +Info: 631891248 (Javier) | **Fusionart** | 20/mes |
| 12:15 | Yoga dinámico | **Asociación Samadhi** | |
| 16:50 | Clases de costura a la carta | **Esperanzarecicla** | - |
| 17:00 | "Hatha Yoga" + Info: 620 221 849 (Yolanda) | **Fusionart** | 18/mes |
| 17:00 | Pilates para embarazadas | **Centre Mompó** | 45€/mes |
| 17:30 | Urban Dance Infantil II 8-12 años | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 17:30 | Pre-Danza I 3 a 4 años | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 17:30 | Pilates | **Asociación Samadhi** | |
| 18:00 | "Hatha Yoga" + Info: 620 221 849 (Yolanda) | **Fusionart** | 18/mes |
| 18:00 | Hatha yoga | **Centre Mompó** | 45€/mes |

música/dansa · salut · art · jocs
teatre · xiquetes/ts · artesania · literatura/llengües

| | | | |
|---|---|---|---|
| 18:00 | Music Together | **La Pina submarina** | |
| 18:30 | Flamenco Medio Jóvenes -18 | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 18:30 | Urban dance Medio Jóvenes +13 | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 19:00 | capoeira angola | **CSOA L'Horta** | |
| 19:00 | Yoga dinámico | **Asociación Samadhi** | |
| 19:00 | "Taller de Teatro"Adultos/Mayores+Inf:697800774 | **Fusionart** | 30/mes |
| 19:00 | Clases de costura a la carta | **Esperanzarecicla** | - |
| 19:20 | Pilates | **Centre Mompó** | 40€/mes |
| 19:30 | Sevillanas Medio | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 19:30 | Flamenco Medio | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 19:30 | danza Tribal Fusión I | **La Pina submarina** | 25€/més |
| 20:20 | Hatha yoga | **Centre Mompó** | 45€/mes |
| 20:30 | Flamenco Iniciación II | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 20:30 | Sevillanas Medio II | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 20:30 | Yoga dinámico | **Asociación Samadhi** | |
| 20:30 | Pilates | **Centre Mompó** | 40€/mes |
| 20:30 | danza Tribal clásica (ATS) II | **La Pina submarina** | 30€/més |
| 21:00 | "Taller de Teatro…" Nivel 1/B +Info: 697800774 | **Fusionart** | 30/mes |

## Dimecres

| | | | |
|---|---|---|---|
| 8:30 | Ashtanga yoga | **Centre Mompó** | 45€/mes |
| 9:00 | Chen Taiji \| shenyivalencia@gmail.com | **Polideportivo Beni** | 35€/mes |
| 9:15 | Pilates | **A Contar Mentiras** | - |
| 9:25 | Clases indumentaria Valenciana | **Esperanzarecicla** | - |
| 9:45 | Pilates (4 horarios diferentes) | **Centre Mompó** | 40€/mes |
| 10:00 | Yoga mamás-bebés | **Asociación Samadhi** | |
| 10:00 | Club Tejedores | **entre Agujas y Ganchillos** | 25€/mes |
| 10:30 | Sanda 7 Star Workout \| shenyivalencia@gmail.com | **Polideportivo Beni** | 40€/mes |
| 10:30 | danza Tribal Fusión II | **La Pina submarina** | 25€/més |
| 11:00 | "Hatha Yoga"+ Info: 620 221 848 (Yolanda) | **Fusionart** | 18/mes |
| 11:35 | Costura a la Carta - Reserva tu plaza!! | **Esperanzarecicla** | 15€ |
| 12:00 | Yoga embarazadas | **Asociación Samadhi** | |
| 12:00 | "Clases De Técnica Vocal" +Info: Leya 658538278 | **Fusionart** | 20/mes |
| 12:00 | Pilates para mamás y papás con bebés | **A Contar Mentiras** | - |
| 14:30 | Yoga | **Asociación Samadhi** | |
| 15:30 | Pilates | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 15:30 | Pilates | **A Contar Mentiras** | - |
| 16:25 | Clases indumentaria Valenciana | **Esperanzarecicla** | - |
| 16:30 | Guitarra flamenca Iniciados | **Rocío Giner** | 32€/mes |
| 16:30 | Flamenco Iniciación | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 16:30 | Danza de los Sentidos | **Asociación Samadhi** | |
| 17:00 | Pilates terapéutico | **Centre Mompó** | 45€/mes |
| 17:00 | Club Tejedores | **entre Agujas y Ganchillos** | 25€/mes |
| 17:00 | Sanda 7 Star Workout \| shenyivalencia@gmail.com | **Polideportivo Beni** | 40€/mes |
| 17:15 | "Taller De Manualidades" Niñ@s/jóv. 634 755 351 | **Fusionart** | 20/mes |
| 17:30 | Guitarra iniciación | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 17:30 | Flamenco y sevillanas 8-12 años | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 17:30 | Sintonía de colores | **La Pina submarina** | 25€/més |
| 18:00 | Mindfulness grupo regular | **Centre Mompó** | 30€/mes |
| 18:30 | Teatro Musical 6-12 años | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 18:30 | Flamenco Iniciación | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 18:30 | Danza Oriental | **Asociación Samadhi** | |
| 18:30 | "Sevillanas y Flamenco" + Info: 622 125 658 | **Fusionart** | 20/mes |
| 18:35 | Clases indumentaria Valenciana | **Esperanzarecicla** | - |
| 19:00 | Hatha yoga | **Centre Mompó** | 45€/mes |
| 19:30 | Flamenco Iniciación II | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 19:30 | Danza Oriental Iniciación-Medio | **Rocío Giner** | 37€/mes |
| 19:30 | "Danza Africana" + Info (Aly) 632 184 083 | **Fusionart** | 25/mes |
| 19:30 | Popping | **La Pina submarina** | 30€/més |
| 20:25 | Hatha yoga | **Centre Mompó** | 45€/mes |
| 20:30 | Flamenco iniciación-medio | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 20:30 | Yoga dinámico | **Asociación Samadhi** | |
| 20:30 | Pilates | **A Contar Mentiras** | - |
| 20:30 | Tribal Hard | **La Pina submarina** | 25€/més |
| 21:00 | Danza Oriental Iniciación | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 21:00 | "Taller de Teatro…"(Nivel 2) +Info: 697 800 774 | **Fusionart** | 30/mes |

## Dijous

| | | | |
|---|---|---|---|
| 9:30 | Yoga dinámico | **Asociación Samadhi** | |

música/dansa · salut · art · jocs
teatre · xiquetes/ts · artesania · literatura/llengües

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 9:30 | | Clases de costura a la carta | **Esperanzarecicla** | - |
| 9:30 | | Qigong \| shenyivalencia@gmail.com | **Polideportivo Beni** | 25€/mes |
| 10:00 | | Flamenco iniciación II | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 10:00 | | Pilates | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 10:00 | | "Clases De Pilates Postural" + Info: 622055590 | **Fusionart** | 25/mes |
| 10:00 | | Xingyi bagua (Kung fu) \| shenyivalencia@gmail.com | **Polideportivo Beni** | 35€/mes |
| 10:00 | | Danza Contact | **La Pina submarina** | 25€/més |
| 10:30 | | Danza Clásica | **A Contar Mentiras** | - |
| 11:00 | | Sevillanas Iniciación | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 11:00 | | Pilates | **Asociación Samadhi** | |
| 11:00 | | "Taichi y Chikung" + Info: 679 369 846 (María) | **Fusionart** | 25/mes |
| 11:40 | | Clases de costura a la carta | **Esperanzarecicla** | - |
| 12:00 | | Flamenco Iniciación | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 12:15 | | Yoga dinámico | **Asociación Samadhi** | |
| 12:30 | | Danza Contemporánea | **A Contar Mentiras** | - |
| 16:00 | | Clases de costura a la carta | **Esperanzarecicla** | - |
| 17:00 | | Pilates para embarazadas | **Centre Mompó** | 45€/mes |
| 17:15 | | "Taller/Dibujo y Pintura" Niñ@s +Info:637611406 | **Fusionart** | 20/mes |
| 17:30 | | Urban Dance Iniciación 6-9 años | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 17:30 | | Teatro Musical 3-6 años | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 17:30 | | Pilates | **Asociación Samadhi** | |
| 18:00 | | Hatha yoga | **Centre Mompó** | 45€/mes |
| 18:00 | | taller de esparto | **Escuela Meme** | - |
| 18:00 | | Clases de costura a la carta | **Esperanzarecicla** | - |
| 18:30 | | Guitarra iniciación II | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 18:30 | | Urban Dance Iniciación +13 años | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 18:30 | | "T/Dibujo y Pintura" Jóv./Adu. +Info: 606687503 | **Fusionart** | 20/mes |
| 19:00 | | Yoga dinámico | **Asociación Samadhi** | |
| 19:00 | | Kundalini yoga | **Centre Mompó** | 30€/mes |
| 19:20 | | Pilates | **Centre Mompó** | 40€/mes |
| 19:30 | | Ritmos latinos/bailes de salón | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 19:30 | | Flamenco Medio | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 19:30 | | Danza Contemporánea | **La Pina submarina** | 25€/més |
| 20:20 | | Hatha yoga | **Centre Mompó** | 45€/mes |
| 20:30 | | Contemporáneo | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 20:30 | | Flamenco Medio II | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 20:30 | | Yoga dinámico | **Asociación Samadhi** | |
| 20:30 | | Pilates | **Centre Mompó** | 40€/mes |

## Divendres

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 9:25 | | Clases indumentaria Valenciana | **Esperanzarecicla** | - |
| 9:45 | | Pilates | **Centre Mompó** | 40€/mes |
| 10:30 | | Sanda 7 Star Workout \| shenyivalencia@gmail.com | **Polideportivo Beni** | 40€/mes |
| 11:35 | | Clases indumentaria Valenciana | **Esperanzarecicla** | - |
| 16:45 | | Estiramientos de cadenas musculares | **Asociación Samadhi** | |
| 17:00 | | Sanda 7 Star Workout \| shenyivalencia@gmail.com | **Polideportivo Beni** | 40€/mes |
| 17:30 | | Urban dance Infantil II 8-12 años | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 17:30 | | Bollywood | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 17:40 | | Danza Contemporánea para non@s | **La Pina submarina** | |
| 18:30 | | taller de escritura creativa | **Escuela Meme** | 20€ |
| 18:30 | | taller de poesía | **Escuela Meme** | 15€ |
| 18:30 | | Urban dance Medio Jóvenes +13 | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 18:30 | | Flamenco Iniciación II | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 18:40 | | danza Tribal clásica (ATS) Iniciación | **La Pina submarina** | 30€/més |
| 19:00 | | Meditación y yoga tibetano | **Asociación Samadhi** | |
| 19:30 | | Flamenco Iniciación | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 19:30 | | Sevillanas Iniciación | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 19:40 | | Danza Tribal Vintage | **La Pina submarina** | 25€/mes |
| 20:30 | | Flamenco Iniciación | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 20:30 | | Sevillanas Medio II | **Rocío Giner** | 29€/mes |
| 20:40 | | Streetdance | **La Pina submarina** | 30€/més |

## Dissabte

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 9:50 | | Yoga | **La Pina submarina** | 30€/mes |
| 10:30 | | taller de grabado y estampación | **Escuela Meme** | 40€ |
| 11:00 | | Danza Tribal Fusión (medio-avanzado) | **La Pina submarina** | 25€/mes |
| 12:00 | | Tribal Jam® | **La Pina submarina** | 25€/mes |

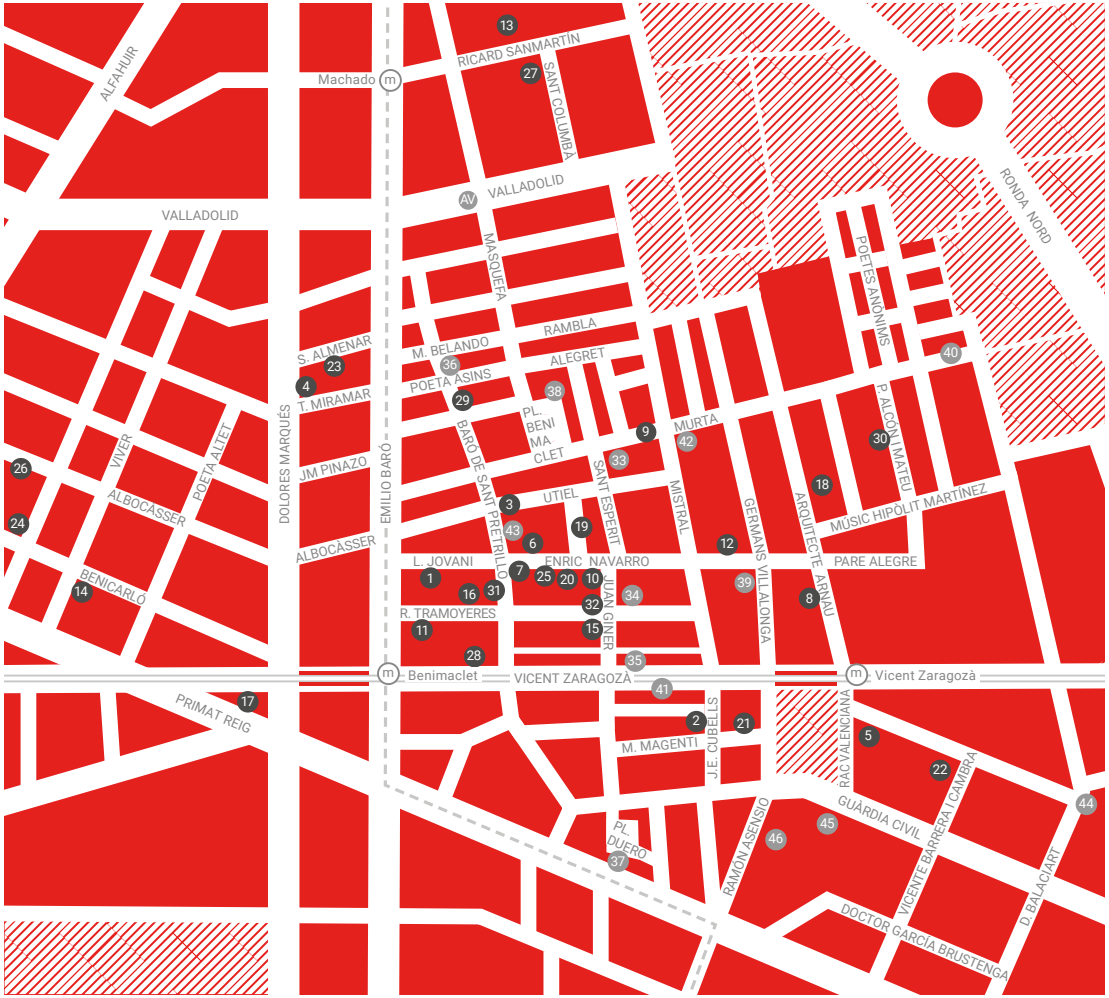
1. A Contar Mentiras
2. Al-Paladar
3. Archicercle
4. AVATI
5. La Bufala
6. Caixa Fosca
7. CIM Benimaclet
8. Centre Mompó
9. El Colmado
10. La Comanda
11. EnBabia
12. Entre agujas y ganchillos
13. Escuela Meme
14. Esperanzarecicla
15. Fusionart
16. La Gramola
17. Itamora
18. Kaf Café
19. L. de fabricación
20. London
21. La Ola Fresca
22. La Pentola
23. La Pina Submarina
24. Rocío Giner
25. Rock Island
26. Satchmo Swing
27. As. Samadhi
28. Spirit Benimaclet
29. Tallafocs
30. Teatre Círculo
31. El Terra
32. Tulsa Café
33. Caminito
34. Carabasser
35. Carabasseta
36. Clandestí
37. El Aprendiz
38. Glop
39. Gruseco
40. La Culona
41. La Torraeta
42. Murta
43. Ochovideos
44. Shen Yi
45. Suerte Loca
46. Vuelta de Tuerca

AV. As.Veïns i Veïnes de Benimaclet

Llocs culturals

Comerços amics

**Com arribar a Benimaclet**
**A peu, en bici o en transport públic!**
**Metro** 3 i 9 (Benimaclet i Machado)
**Tramvia** 4 i 6 (Benimaclet i V. Zaragozà)
**EMT** 10, 12, 29, 41, 70, 89 i 90



exposició · gastronomia · música/dansa · teatre/humor · salut · xiquetes i xiquets · jocs · cinema · artesania/art · llengües/xarrada · literatura · cultures · gratuït · passa gorra · consumició inclosa · consumició

## Dimecres 1

| | | | |
|---|---|---|---|
| 11:00 | Let's Brunch! (hasta las 16:00h) | **La Ola Fresca** | 10€ |
| 17:00 | ginclub (hasta el cierre) | **London** | - |
| 21:30 | Claudio H. Canción mestiza | **Kaf Café** | - |

## Dijous 2

| | | | |
|---|---|---|---|
| 18:00 | Una Pilota al Cor. Cia. Larvarium. (infantil/familiar) | **Teatro Círculo** | - |
| 20:00 | Exposición "KA'AVO, simetría orgánica" de Ununú Universe | **Tallafocs** | |
| 20:00 | Panorama Cultureta: Radio Malva 104.9FM+Conciertos | **Fusionart** | |
| 20:30 | Speak English | **La Ola Fresca** | 5€ |
| 20:30 | Microabierto a cantautores y poetas | **Kaf Café** | - |
| 21:30 | Flamenco en directo con Valeriano Gonzalez e invitados | **Tallafocs** | |
| 22:30 | Jam de improvisación: teatro de impro | **La Gramola** | - |

## Divendres 3

| | | | |
|---|---|---|---|
| 18:00 | Una Pilota al Cor. Cia. Larvarium. (infantil/familiar) | **Teatro Círculo** | - |
| 20:00 | Jam de jazz + cena | **Rock Island** | - |
| 20:15 | Jornada gratuita de Meditación Vedanta Advaita | **Samadhi** | |
| 21:30 | "Gala De Magia" Nuevos espectáculos e invitadxs… | **Fusionart** | |
| 21:30 | El Jóse | **Kaf Café** | - |

## Dissabte 4

| | | | |
|---|---|---|---|
| 10:00 | Taller "¿Qué te hace enfadar?" Comunicación No Violenta | **Samadhi** | 35€ |
| 12:30 | clandestino plaza Almoina | **Satchmo** | |
| 14:00 | Menú Especial fin de semana | **Tallafocs** | 15€ |
| 18:00 | Una Pilota al Cor. Cia. Larvarium. (infantil/familiar) | **Teatro Círculo** | - |
| 19:00 | Clandestino Lindy Hop en la Plaza de Benimaclet | **Spirit Benimaclet** | - |
| 20:00 | Concierto Txema Mendizabal | **Tulsa** | 5€ |
| 20:30 | Noche de Circo + Cabaret Abierto + Circo/Teatro/Concierto | **Fusionart** | |
| 21:00 | "Cabaret Abierto" (Inscripciones desde las 20:30hs) | **Fusionart** | |
| 21:30 | Homenaje a Silvio Rodriguez por Ernesto Hurra | **Kaf Café** | - |
| 22:00 | Circo/Teatro/Concierto: "Alerta Roje" por Roge Magdaleno. | **Fusionart** | |
| 23:00 | Proyecciones: "Música para malabarear" Electro Swing/Balkan | **Fusionart** | |
| 23:00 | Dj Quique | **Rock Island** | - |

## Diumenge 5

| | | | |
|---|---|---|---|
| 11:00 | Let's Brunch! (hasta las 16:00h) | **La Ola Fresca** | 10€ |
| 11:30 | Taller Sintonía de Colores | **La Pina Submarina** | |
| 12:00 | Una Pilota al Cor. Cia. Larvarium. (infantil/familiar) | **Teatro Círculo** | - |
| 18:00 | Meditación Sonora Terapéutica (Cuencos y Gong) | **Samadhi** | 11-15€ |
| 18:00 | Una Pilota al Cor. Cia. Larvarium. (infantil/familiar) | **Teatro Círculo** | - |
| 20:30 | Speak English | **La Ola Fresca** | 5€ |

## Dilluns 6

| | | | |
|---|---|---|---|
| 20:00 | Trivial | **Tulsa** | |
| 21:30 | Open Jam con Raúl Rabadán, Daniel Tena y Marian Zorio | **Tallafocs** | |

## Dimarts 7

| | | | |
|---|---|---|---|
| 17:30 | Mantita de Apego | **Entre agujas y ganchillos** | 12€ |
| 19:00 | Puertas abiertas: "Taller De Teatro" Adultos+Info:697800774 | **Fusionart** | |
| 20:00 | Cocktail Day (hasta la 01:30h) | **London** | - |
| 20:30 | Microabierto a cantautores y poetas | **Kaf Café** | - |
| 21:00 | Puertas abiertas: "Taller De Teatro" Niv.1 +Info: 697800774 | **Fusionart** | |
| 21:00 | Degustación asiática | **Tulsa** | 3€ |
| 21:30 | Noche de Jazz: Xavi Gómez (guitarra, efectos y mucho groove) | **Tallafocs** | |

## Dimecres 8

| | | | |
|---|---|---|---|
| 11:00 | Let's Brunch! (hasta las 16:00h) | **La Ola Fresca** | 10€ |
| 17:15 | Taller De Manualidades" (Previa reserva) +Info: 634755351 | **Fusionart** | |

exposició · gastronomia · música/dansa · teatre/humor · salut · xiquetes i xiquets · jocs · cinema · artesania/art · llengües/xarrada · literatura · cultures · gratuït · passa gorra · consumició inclosa · consumició

| | | | |
|---|---|---|---|
| 17:30 | Iniciación al ganchillo | **Entre agujas y ganchillos** | 20€ |
| 18:00 | "Aquest no és un taller de video-art" amb Valentina Paz | **Caixa Fosca** | |
| 20:00 | Ginclub (hasta la 01:30h) | **London** | - |
| 21:00 | 8 piezas de sushi | **Tulsa** | 3€ |
| 21:30 | The Lighters - Lorena Gascón y Charlie Rodriguez | **Tallafocs** | |
| 21:30 | Microabierto Poético Temático mensual | **Kaf Café** | - |
| 22:00 | Jam Lindy Hop | **Spirit Benimaclet** | - |

## Dijous 9

| | | | |
|---|---|---|---|
| 17:30 | Ganchillo para niños | **Entre agujas y ganchillos** | 12€ |
| 18:00 | Una Pilota al Cor. Cia. Larvarium. (infantil/familiar) | **Teatro Círculo** | - |
| 18:00 | "Aquest no és un taller de video-art" amb Valentina Paz | **Caixa Fosca** | |
| 20:00 | Panorama Cultureta: Radio Malva 104.9FM+Conciertos | **Fusionart** | |
| 20:30 | Speak English | **La Ola Fresca** | 5€ |
| 20:30 | Microabierto a cantautores y poetas | **Kaf Café** | - |
| 21:00 | Jam Lindy Hop | **Clandestí** | |
| 21:00 | Jam en Clandesti | **Satchmo** | |
| 21:30 | Flamenco en directo con Valeriano Gonzalez e invitados | **Tallafocs** | |
| 21:30 | Nano trío (jazz/soul) | **enBabia** | |
| 22:30 | Jam de improvisación: teatro de impro | **La Gramola** | - |

## Divendres 10

| | | | |
|---|---|---|---|
| 18:00 | Intensivo Danza Africana en Spirit Benimaclet. | **Spirit Benimaclet** | 25€ |
| 18:00 | Una Pilota al Cor. Cia. Larvarium. (infantil/familiar) | **Teatro Círculo** | - |
| 20:00 | Jam de jazz + cena | **Rock Island** | - |
| 20:15 | Taller de Ritual de Belleza. Masaje facial de autotratamiento | **Samadhi** | 12€ |
| 21:00 | Fiesta de la tradición Argentina +Concierto: Che paisano! | **Fusionart** | |
| 21:15 | Concierto:"Che paisano!"Folklore Argentino +Empanadas a2€ | **Fusionart** | |
| 21:30 | Ferrán | **Kaf Café** | 7€ |
| 23:00 | Fernet c/coca + Proyecciones: (Música clásica Argentina) | **Fusionart** | |

## Dissabte 11

| | | | |
|---|---|---|---|
| 10:00 | Formación de Terapia de Sonido- Modulo II | **Samadhi** | 150-170€ |
| 14:00 | Menú Especial fin de semana | **Tallafocs** | 15€ |
| 19:00 | Clandestino Lindy Hop en la Plaza de Benimaclet | **Spirit Benimaclet** | - |
| 19:30 | Festival de Cors | **CIM** | |
| 20:00 | Concierto Sempere | **Tulsa** | 5€ |
| 20:00 | Concierto Fabiani - el nuevo lanzallamas | **La Gramola** | |
| 20:30 | Identities | **Teatro Círculo** | - |
| 20:30 | Noche de piano clasico con Sayuri | **Kaf Café** | - |
| 21:00 | Reggae Night Presenta:"Iván Serrano" Rumba/Reggae/Cumbia | **Fusionart** | |
| 22:30 | Concert de la Benimaclet Big Band | **CIM** | |
| 23:00 | Fiesta Martin Millers (5€ las 40 primeras copas) ¡con regalos! | **London** | 5€ |
| 23:00 | Proyecciones: (Rumba, Reggae, Cumbia…). | **Fusionart** | |

## Diumenge 12

| | | | |
|---|---|---|---|
| 10:00 | Formación de Terapia de Sonido- Modulo II | **Samadhi** | 150-170€ |
| 11:00 | Let's Brunch! (hasta las 16:00h) | **La Ola Fresca** | 10€ |
| 11:30 | Taller con Bichobola-Creativo | **La Pina Submarina** | |
| 12:00 | Una Pilota al Cor. Cia. Larvarium. (infantil/familiar) | **Teatro Círculo** | - |
| 12:30 | Clandestino en Benimarket | **Satchmo** | |
| 17:30 | Taller de Tribal cabaret | **La Pina Submarina** | 25/20€ |
| 18:00 | Una Pilota al Cor. Cia. Larvarium. (infantil/familiar) | **Teatro Círculo** | - |

## Dilluns 13

| | | | |
|---|---|---|---|
| 17:00 | Taller Actoral intensiu amb Alejandro Portaz | **Caixa Fosca** | |
| 20:00 | Trivial | **Tulsa** | |

exposició · gastronomia · música/dansa · teatre/humor · salut · xiquetes i xiquets · jocs · cinema · artesania/art · llengües/xarrada · literatura · cultures · gratuït · passa gorra · consumició inclosa · consumició

| | | | |
|---|---|---|---|
| 21:30 | Open Jam con Raúl Rabadán, Daniel Tena y Marian Zorio | **Tallafocs** | |

## Dimarts 14

| | | | |
|---|---|---|---|
| 17:30 | Cuello lazo a dos agujas | **Entre agujas y ganchillos** | 15€ |
| 20:00 | Cocktail Day (hasta la 01:30h) | **London** | - |
| 21:00 | Degustación asiática | **Tulsa** | 3€ |
| 21:30 | Noche de Jazz: Pra Você , Bossa Nova Jazz | **Tallafocs** | |
| 21:30 | Microabierto a cantautores y poetas | **Kaf Café** | - |

## Dimecres 15

| | | | |
|---|---|---|---|
| 17:00 | Taller Actoral intensiu amb Alejandro Portaz | **Caixa Fosca** | |
| 17:30 | Iniciación a las agujas | **Entre agujas y ganchillos** | 20€ |
| 18:00 | Geschichten & mehr auf Deutsch | **La Ola Fresca** | 2€ |
| 20:00 | Ginclub (hasta la 01:30h) | **London** | - |
| 20:30 | El Concursong: Quiz musical | **La Gramola** | - |
| 21:00 | 8 piezas de sushi | **Tulsa** | 3€ |
| 21:30 | Músicas del Mundo: The Lazy Tones - Old Blues | **Tallafocs** | |
| 22:00 | Jam Lindy Hop | **Spirit Benimaclet** | - |

## Dijous 16

| | | | |
|---|---|---|---|
| 17:30 | Mochila super 8 | **Entre agujas y ganchillos** | 25€ |
| 20:00 | Panorama Cultureta: Radio Malva 104.9FM+Conciertos | **Fusionart** | |
| 20:30 | Speak English | **La Ola Fresca** | 5€ |
| 20:30 | Piélago | **Teatro Círculo** | - |
| 20:30 | Microabierto a cantautores y poetas | **Kaf Café** | - |
| 21:00 | Jam Blues | **Clandestí** | |
| 21:30 | Flamenco en directo con Valeriano Gonzalez e invitados | **Tallafocs** | |
| 22:30 | Jam de improvisación: teatro de impro | **La Gramola** | - |

## Divendres 17

| | | | |
|---|---|---|---|
| 18:00 | Danza Contacto e Improvisación +Info: 685463256 Rodrigo | **Fusionart** | 7 |
| 20:00 | Jam de jazz + cena | **Rock Island** | - |
| 20:30 | Sesión de Respiración consciente y conectada. Rebirthing | **Samadhi** | 10€ |
| 20:30 | Piélago | **Teatro Círculo** | - |
| 21:30 | Concierto:"Coco Gonzalez"Cantautor Argentino-Rock/Blues.. | **Fusionart** | |
| 21:30 | Vicente del Om | **Kaf Café** | - |
| 23:00 | Proyecciones: (Clásicos del Rock/Blues...). | **Fusionart** | |

## Dissabte 18

| | | | |
|---|---|---|---|
| 10:00 | Ecomaclet: jornades per la sobirania alimentària | **Plaça Benimaclet** | - |
| 10:00 | Taller de Meditación Vedanta Advaita | **Samadhi** | 5€ |
| 10:30 | Mochila super 8 | **Entre agujas y ganchillos** | 25€ |
| 12:00 | Abrimos para las paellas Santa Cecilia | **London** | - |
| 12:30 | clandestino plaza Almoina | **Satchmo** | |
| 14:00 | Menú Especial fin de semana | **Tallafocs** | 15€ |
| 17:00 | Taller de Tribal clásico ATS® | **La Pina Submarina** | 25/20€ |
| 17:30 | "Mindfulness, Relajación y Bienestar Psi..." 680 175 174 | **Fusionart** | 7 |
| 19:00 | Concierto Blustafaris | **London** | - |
| 19:00 | Clandestino Lindy Hop en la Plaza de Benimaclet | **Spirit Benimaclet** | - |
| 19:00 | Concierto Cuencos Meditación Vibracional Energética. Boro Ferrer | **Samadhi** | 10€ |
| 20:00 | Concierto Lanuca | **Tulsa** | 5€ |
| 20:30 | Piélago | **Teatro Círculo** | - |
| 21:00 | "Fiesta 7 años de Fusionart <3" + "Las Teclas del Globo" | **Fusionart** | |
| 21:30 | The Smile's Trio | **Clandestí** | |
| 21:30 | Abraham Rivas | **Kaf Café** | - |
| 22:30 | "Fiesta 7 años de Fusionart <3" + "Brindis con tarta" | **Fusionart** | |

exposició · gastronomia · música/dansa · teatre/humor · salut · xiquetes i xiquets · jocs · cinema · artesania/art · llengües/xarrada · literatura · cultures · gratuït · passa gorra · consumició inclosa · consumició

| | | | |
|---|---|---|---|
| 22:30 | ¡Aniversario de La Gramola! Concierto Yambú+photocall | **La Gramola** | - |
| 23:00 | Fiesta 7 <3 + Proyecciones: Afrobeat/Reggae/Latin/Rumba | **Fusionart** | |
| 23:00 | El célebre Señor Cometa en concierto | **Rock Island** | - |

## Diumenge 19

| | | | |
|---|---|---|---|
| 11:00 | Let's Brunch! (hasta las 16:00h) | **La Ola Fresca** | 10€ |
| 12:00 | Concert de l'Orquestra Simfònica del CIM Benimaclet | **CIM** | |
| 18:00 | Jam Lindy Hop | **Clandestí** | |
| 19:00 | Concert de l'Orquestra de Pols i Pua del CIM Benimaclet | **CIM** | |
| 20:30 | Piélago | **Teatro Círculo** | - |

## Dilluns 20

| | | | |
|---|---|---|---|
| 17:30 | Taller infantil d'animació Benimanimacció amb Emilio Martí | **Caixa Fosca** | |
| 20:00 | Trivial | **Tulsa** | |
| 21:30 | Open Jam con Raúl Rabadán, Daniel Tena y Marian Zorio | **Tallafocs** | |
| 22:00 | Clase de prueba Lindy Hop en Spirit Benimaclet | **Spirit Benimaclet** | - |

## Dimarts 21

| | | | |
|---|---|---|---|
| 17:30 | Capucha con orejas, | **Entre agujas y ganchillos** | 18€ |
| 20:00 | Cocktail Day (hasta la 01:30h) | **London** | - |
| 20:30 | Microabierto a cantautores y poetas | **Kaf Café** | - |
| 21:00 | Degustación asiática | **Tulsa** | 3€ |
| 21:30 | Noche de Jazz: The smiles Trio - Jazz Manouche | **Tallafocs** | |

## Dimecres 22

| | | | |
|---|---|---|---|
| 17:30 | Taller infantil d'animació Benimanimacció amb Emilio Martí | **Caixa Fosca** | |
| 19:00 | Presentació d'*Urbanisme contradit, ciutat compartida* | **CIM** | |
| 20:00 | Ginclub (hasta la 01:30h) | **London** | - |
| 21:00 | 8 piezas de sushi | **Tulsa** | 3€ |
| 21:30 | Músicas del Mundo: Natalie McPears - Covers de SOUL y RnB | **Tallafocs** | |
| 21:30 | Monólogos | **Kaf Café** | 3€ |
| 22:00 | Jam Lindy Hop | **Spirit Benimaclet** | - |

## Dijous 23

| | | | |
|---|---|---|---|
| 17:30 | Decoración Navideña: Corona de setas y frutos | **Entre agujas y ganchillos** | 18€ |
| 19:00 | Xarrada "Compositors valencians de la República: el grup dels joves" | **CIM** | |
| 20:00 | Panorama Cultureta: Radio Malva 104.9FM+Conciertos | **Fusionart** | |
| 20:30 | Debate Absurdo | **London** | - |
| 20:30 | Speak English | **La Ola Fresca** | 5€ |
| 20:30 | Microabierto a cantautores y poetas | **Kaf Café** | - |
| 21:00 | Jam Lindy Hop | **Clandestí** | |
| 21:00 | Jam en Clandesti | **Satchmo** | |
| 21:30 | Flamenco en directo con Valeriano Gonzalez e invitados | **Tallafocs** | |
| 22:30 | Jam de improvisación: teatro de impro | **La Gramola** | - |

## Divendres 24

| | | | |
|---|---|---|---|
| 17:30 | Concert de la Banda Juvenil del CIM Benimaclet. | **CIM** | |
| 17:30 | Aprende a usar tu remalladora o overlook Telas incluidas | **Esperanzarecicla** | 25€ |
| 20:00 | Jam de claqué | **Satchmo** | |
| 20:00 | Jam de jazz + cena | **Rock Island** | - |
| 20:30 | Charla sobre Respiración Holoscópica | **Samadhi** | |
| 20:30 | Irrintzi | **Teatro Círculo** | - |
| 21:30 | "Kancaneo Teatro" (Improvisación Teatral) Risas aseguradas | **Fusionart** | |
| 21:30 | Elio y "companyía" | **Kaf Café** | - |
| 22:30 | Serenata pels carrers de l'Orquestra de Pols I Pua del CIM Benimaclet. | **CIM** | |
| 23:00 | Proyecciones: (Rumba/Rock/Reggae...). | **Fusionart** | |

## Dissabte 25

| | | | |
|---|---|---|---|
| 10:00 | Taller de Prácticas de Comunicación No Violenta | **Samadhi** | 20€ |
| 11:00 | Formación Profesional Danza Tribal | **La Pina Submarina** | |

exposició · gastronomia · música/dansa · teatre/humor · salut · xiquetes i xiquets · jocs · cinema · artesania/art · llengües/xarrada · literatura · cultures · gratuït · passa gorra · consumició inclosa · consumició

| | | | |
|---|---|---|---|
| 11:00 | Aniversario Satchmo (ver evento) | **Satchmo** | |
| 12:00 | 19 aniversari de Suerte Loca. Concert Dani Miquel+Alvar Carpi | **Suerte Loca** | |
| 14:00 | Menú Especial fin de semana | **Tallafocs** | 15€ |
| 16:30 | Formación Profesional Danza Tribal | **La Pina Submarina** | |
| 17:30 | Cook, bake, speak English, 'Cool down foods' | **La Ola Fresca** | 15€ |
| 19:00 | Clandestino Lindy Hop en la Plaza de Benimaclet | **Spirit Benimaclet** | - |
| 19:00 | Samadhi time: Meditación con música en directo | **Samadhi** | 5 |
| 19:30 | Concert de la Banda Simfònica del CIM Benimaclet. | **CIM** | |
| 20:00 | Concierto Segunda persona | **Tulsa** | 5€ |
| 20:30 | Irrintzi | **Teatro Círculo** | - |
| 21:00 | "Noche De Poesía Erótica" Jam Poesía Erótica + Concierto | **Fusionart** | |
| 21:30 | Concierto: "Pool Jazz" (Jazz Fusión/Hip Hop Erótico) +... | **Fusionart** | |
| 21:30 | Revolution Recess Band | **Clandestí** | |
| 21:30 | Slam de Poesia. Concurso donde el público vota | **Kaf Café** | - |
| 23:00 | Proyecciones: (Jazz Fusión/Electro Swing/Balkan). | **Fusionart** | |
| 23:00 | Concierto de Politiko | **Rock Island** | - |

## Diumenge 26

| | | | |
|---|---|---|---|
| 10:30 | Taller de Respiración Holoscópica | **Samadhi** | 35-45€ |
| 11:00 | Let's Brunch! (hasta las 16:00h) | **La Ola Fresca** | 10€ |
| 19:00 | Jam Danza Contact | **La Pina Submarina** | €5,00 |
| 19:30 | Teatro: Entre las piernas | **La Gramola** | - |
| 20:30 | Irrintzi | **Teatro Círculo** | - |

## Dilluns 27

| | | | |
|---|---|---|---|
| 20:00 | Trivial | **Tulsa** | |
| 21:30 | Open Jam con Raúl Rabadán, Daniel Tena y Marian Zorio | **Tallafocs** | |

## Dimarts 28

| | | | |
|---|---|---|---|
| 17:30 | Cuello de Ganchillo | **Entre agujas y ganchillos** | 15€ |
| 18:00 | Imaginacció: sessió didàctica d'animació: Els inicis de Clay Kids | **Teatro Círculo** | |
| 20:00 | Cocktail Day (hasta la 01:30h) | **London** | - |
| 20:30 | Microabierto a cantautores y poetas | **Kaf Café** | - |
| 21:00 | Degustación asiática | **Tulsa** | 3€ |
| 21:30 | Noche de Jazz: TJ Dos guitar Jazz | **Tallafocs** | |

## Dimecres 29

| | | | |
|---|---|---|---|
| 11:30 | Taller con Bichobola-Creativo | **La Pina Submarina** | |
| 18:00 | Imaginacció: sessió didàctica d'animació: Fantasies amb Stopmotion | **Teatro Círculo** | |
| 20:00 | Ginclub (hasta la 01:30h) | **London** | - |
| 20:30 | El Concursong: Quiz musical | **La Gramola** | - |
| 21:00 | 8 piezas de sushi | **Tulsa** | 3€ |
| 21:30 | Manos Morenas - Lucha y dignidad desde Benimaclet | **Tallafocs** | |
| 21:30 | Paco Portalo | **Kaf Café** | - |
| 22:00 | Jam Lindy Hop | **Spirit Benimaclet** | - |

## Dijous 30

| | | | |
|---|---|---|---|
| 17:30 | Decoración Navideña: Cabeza de reno | **Entre agujas y ganchillos** | 18€ |
| 18:00 | Imaginacció: sessió didàctica d'animació: Com es fa una animació 3D | **Teatro Círculo** | |
| 20:00 | Panorama Cultureta: Radio Malva 104.9FM+Conciertos | **Fusionart** | |
| 20:00 | ReVERSO/AnVERSO. Laia Sales y Juan Andrés González. | **enBabia** | |
| 20:30 | Speak English | **La Ola Fresca** | 5€ |
| 20:30 | Microabierto a cantautores y poetas | **Kaf Café** | - |
| 21:00 | Jam Blues | **Clandestí** | |
| 21:30 | Flamenco en directo con Valeriano Gonzalez e invitados | **Tallafocs** | |
| 22:30 | Jam de improvisación: teatro de impro | **La Gramola** | - |

## A Contar Mentiras

Escola de dansa

C/ Leonor Jovani, 12
Dl-Dv 10:30-20:30
669 514 173
facebook / Acontarmentiras
acontarmentiras.com

Si véns a comptar mentides és perquè no busques una escola de dansa clàssica, contemporània, infantil i de pilates estricta, de poses i manierismes. És perquè treballes amb rigor i dedicació. És per parlar amb Santi. És per deixar la bici dins. És perquè t'agrada anar a tu, als teus fills i als teus pares. És perquè saps que cedeixen l'espai com a residència artística. És perquè reivindiques tot allò que una coixa pot fer en la dansa. Només tu, tal com eres.

## Al-Paladar

Taverna i take away

C/ Jaume Esteve Cubells, 5
Dl-Dg 12-16h - per endur-se
Dl-Dg 13-15.30 - taverna eco
96 338 93 39
al-paladar.com

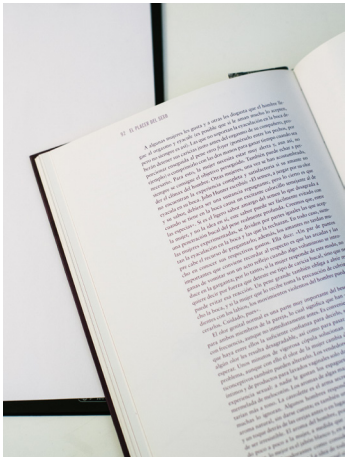
Sembla que en Al-Paladar han encertat amb la recepta per a fer que es detinga el temps. Els responsables de tal descobriment són Dario, María i Lorena. Tres persones amb tres principis, un objectiu i un secret. Els seus principis: el respecte al medi ambient, la proximitat i la qualitat del producte. El seu objectiu: menjars sans, casolanes, saboroses, assequibles per a totes les butxaques. I el seu secret: productes ecològics, de temporada i coccions lentes.

## Archicercle

Estudi creatiu

C/ Utiel, 6
Dl-Dv 9-14h 16-19h
649 999 854
archicercle@archicercle.com
archicercle.com

Pablo i el seu equip són uns apassionats de l'arquitectura, el disseny, la publicitat, el màrqueting i els processos industrials. Volen apropar-los a la gent, a peu de carrer, creant comboi amb estudiants i professionals. Llapis, regles, màquines làser, ordinadors i taules plenes de dibuixos. En Archicercle controlen tot el procés creatiu, des de la ideació, fins al prototipat i la fabricació de tot tipus de productes. El lloc perfecte on convertir qualsevol idea en una realitat.



## AVATI

Teràpia, orientació i educació

C/ Torreta de Miramar, 4 esc B, porta 3
Dl-Dv 10-20h Cita prèvia
680 287 620
facebook / AVATI Teràpia i Educació
avati.terapiaieducacio@gmail.com

Bon tracte com a base, veu dolça i les ganes d'aportar a la comunitat, són els ingredients que el fan tan especial. Un espai de transformació personal i comunitària que ens convida a convertir-nos en un agent de canvi en la nostra vida i en la societat. Un lloc per a treballar la convivència personal i social, sempre des de la igualtat, la tolerància, la llibertat i el respecte a les diferències. Un acompanyament terapèutic individual o en col·lectiu per a valorar-nos i voler-nos amb els nostres defectes i virtuts.

## La Bufala

Restaurant napolità

C/ Real Acadèmia C. Valenciana, 4
Dm-Dv 19-00h Ds-Dg 12-16h 19-00h
96 006 47 09
facebook / labufalabenimaclet

La Bufala és més que un restaurant, més que una pizzeria, és un lloc que et transporta a una altra part del món. En el mediterrani conviuen moltes cultures, molts sabors i olors.
En entrar ací viatgem a Nàpols, lloc que va veure nàixer a la pizza i a Ernesto, el seu cuiner. De totes les pizzes, ell prefereix la clàssica, la genuïna, la pizza Margarita; amb la *mozzarella* de búfala, la tomaca de les faldes del Vesuvi i la coronació de fulls d'alfàbega.

## Caixa Fosca

Estudi creatiu

C/ Enric Navarro, 1
Dl-Dv 10-14h 17-20h
646 258 992
facebook / caixafosca
caixafosca.com

Passant per davant d'aquest xicotet lloc de Benimaclet és impossible no preguntar-se: Què és aquest lloc? Caixa Fosca? Però, si està ple de llum!
A l'altra part del vidre, dues persones treballen intensament, mà a mà, són Julia i Sven. Dues persones que han vingut de molt lluny però que han trobat a Benimaclet sa casa i sa família. La seua professió: la fotografia, la fotografia humana, aquella que extrau de la gent el que hi ha al seu interior.

# CURSOS y TALLERES:

**★"TALLER DE TEATRO Y FORMACIÓN DE GRUPO"** Jóvenes y Adultos: (Nivel 1) Lunes 21hs. o Martes 21hs. / Adultos y Mayores: (Nivel 1) Martes 19hs. y Nivel 2 (Todas las edades): Miércoles 21hs. Primera clase GRATIS! Mes: 30€ (Plazas limitadas) + Info: **697800774** (Emanuel)

**★"TALLER DE BAILES LATINOS"** (Salsa Cubana) Inicial: Lunes 19:30hs. Mes: 25€ (1ª de prueba gratis reservar antes) + Info: **696810012**/sanfalsi@gmail.com (Sandor)

**★"CLASES HATHA YOGA"** Serena tu mente, revitaliza tu cuerpo. Bienestar físico y mental. Lunes y Miércoles 11hs/ Martes 17hs/ Martes 18hs. Mes: Desde 18€ 1ª Gratis. Info: **620221847** Yolanda

**★" CLASES DE SEVILLANAS Y FLAMENCO"** (Nivel inicial) Miércoles 18:30hs. Mes: 20€ ¡Primera clase gratuita! Info: **622 125 658** (Selene Fernández)

**★"CLASES DE TAICHI Y CHIKUNG"** Martes y Jueves 11 a 12hs. Primera Gratis! Mes: 25€ Info: María **679369846** / masalcos@gmail.com

**★"TALLER DE DIBUJO Y PINTURA"** Niñ@s: Jueves 17:15hs. Mes: 20€ - Jóvenes y Adultos: Jueves 18:30hs. Mes: 20€ (1ª Gratis) P/ Lim.+Info: **637611406** (Gina)

**★"TALLER DE DANZA AFRICANA" Lunes 18**hs. (Moukhamet) Pare Jóvenes y Adultos. Mes: 20€ (Primera Gratis) Plazas limitadas. + Info: **632 385 529**.

**★"TALLER DE DANZA AFRICANA"** Miércoles 19:30hs. (Aly Thioune) Pare Jóvenes y Adultos. Mes: 25€ (Primera Gratis) Plazas limitadas. + Info: **632 184 083**.

**★"CLASES DE TÉCNICA VOCAL"** Jóvenes y adultos. Descubre la potencia de tu voz. Miércoles 12hs. (Primera gratis) 20€/mes. Info: Leya **658 538 278**

**★"CLASES DE DANZA DEL VIENTRE"** (Nivel Inicial). Descubre los beneficios de esta milenaria danza. Lunes 12:00hs. Mes: 20€. Primera gratis! Info: **665 135 572**

**★"DIVERTIARTE EDUCATIVO"** (Taller de manualidades para niñ@s y jóvenes) Mes: 20€ ¡Con merienda incluida! Miércoles 17:15 a 18:15hs. Gratis 1ª clase de prueba. + Info: **634 755 351** (Amparo)

**★"CLASES DE PILATES POSTURAL"** Mejora tu postura y tu estado de ánimo. (1ª Gratis) Martes y Jueves 10hs. Mes: 25€ (Plazas Limitadas) + Info: **622055590** (Anna)

***ENVÍA TU PROPUESTA ARTÍSTICA >>>***

## Fusionart Multiespacio

**fusionartespacio@gmail.com**
**facebook.com/fusionartespacio**
**youtube.com/fusionartespacio**
**instagram.com/fusionartespacio**
**Tel: 961939515 / 697800774 (LaVde11a14h)**
**Calle de Juan Giner, 5 ~BENIMACLET~ Valencia**

Fusion Art

**¡¡¡CULTURA PARA TODXS!!!**

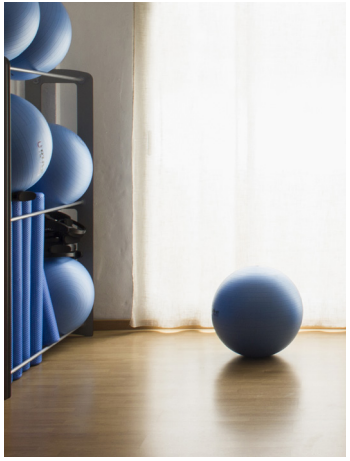
**Asociación Cultural de artistas para todos los públicos donde todo tipo de artes se pueden expresar y fusionar: conciertos, teatro, danza, noches temáticas, exposiciones, talleres, cursos, circo y mucho más... ¡Siempre abiertxs a nuevas propuestas!**

## Centre Instructiu Musical

Escola de música

C/ Baró de Sant Petrillo, 14
Dl-Dg 9-00h
96 369 17 03
facebook / cimbenimaclet
cimbenimaclet.com

El Centre Instructiu Musical de Benimaclet és una societat centenària que acull moltes agrupacions lligades totes a la música. La banda simfònica, l'orquestra (amb les corresponents agrupacions juvenils), la rondalla, la Big Band i el cor són algunes d'elles. El CIM, a més, té una missió molt important: articular la vida social dels veïns i les veïnes del barri. La seua història i la seua agenda molt ampla d'esdeveniments fan d'aquest espai el verdader cor del barri.



## Centre Mompó

Teràpies naturals

C/Arquitecte Arnau, 11
Dl-Dv 10-14h, 15-20h Ds 10-14h
96 113 20 51
facebook / centreMompó
centreMompó.es

El centre que dirigeix Pere Mompó, ha mantingut sempre la mateixa filosofia: Les persones poden millorar la seua qualitat de vida a través del desenvolupament físic, personal i espiritual. Gràcies a anys d'experiència, Centre Mompó s'ha convertit en el lloc de referència a Benimaclet per a aquells que busquen en les teràpies naturals una forma òptima de millorar la seua qualitat de vida. Osteopatia, quiromassatge, reflexologia podal, pilates o ioga són algunes de les seues propostes.

## El Colmado

Tapes i llandes

C/ Mistral, 39
Dl 18.30-1h Dm-Dg 11-16h 17.30-1h
637 61 11 66 - 666 447 555
facebook / elcolmadotapasylatas
instagram / elcolmadotapasylatas

Ens trobem a l'edifici més bonic del barri, la casa de les manisetes, la casa del trencadís. La seua façana amb milers de colors, textures i dibuixos, feta trosset a trosset a mà, és hui la llar del Colmado, un xicotet espai que conserva l'aroma a la tradició, la història i l'esperit de les botiges d'ultramarins. Un bar on gaudir de conserves de peix, carn i verdura com a base per a l'elaboració de les seues tapes. Us recomanen la perdiu acompanyada d'una amanida amb maduixes. Boníssima!

## La Comanda

Botiga d'alimentació i neteja a granel

C/ Juan Giner, 13
Dl-Dv 10-14h 17-21h Ds 10-14h
96 062 29 70
facebook / lacomandaagranel

Sense pressa arribes a La Comanda per a comprar productes d'alimentació, neteja i higiene personal a granel. Et recomanen la xufa arribada d'Alboraia, l'aigua de Bejís o l'arròs de l'Albufera. Amb un paquet de paper ens portem a casa la nostra comanda. No hi ha plàstic, no hi ha envasos, no hi ha publicitat enganyosa. Només uns principis bàsics: productes sostenibles, de proximitat i assequibles per a tots. Per fi a Benimaclet ja tenim el nostre xicotet mercat de barri!

## EnBabia

Café i pauses

C/ Reverend Rafael Tramoyeres, 6
Dm-Dx-Dg 19-1h Dj 19-2h
Dv-Ds 19.30-2.30h
650 67 42 00
facebook / Patito Pablo Cárdenas

Una dècada al capdavant d'una proposta basada en un estat d'ànim. Pablo orquestra elements com la música i la il·luminació per a aconseguir un espai fóra del temps, on la pausa és el requisit i el gaudiment, la meta. Una vegada dins, acomodat i submergit en el seu univers, tot sap diferent. Des d'una cervesa, una ginebra preparada amb cura o una ració de formatge per a acompanyar. EnBabia és un refugi, un espai on tot el mundà queda a l'altre costat.

## Entre agujas y ganchillos

Llana i creativitat

C/ Enric Navarro, 27
Dl-Dv 10-14h 17-20.30h Ds 10-14h
96 00 177 33 - 655 25 36 77
facebook / entreagujasyganchillos

Passa. Assenta't a la taula i parlem. Ella improvisa, reacciona, redissenya, modifica patrons, soluciona quasi qualsevol dubte, fa coses boniques amb les mans. Drapet, Macramé, Frivolité, com fer un vestit, un jersei, un llacet o un amigurumi. Al voltant d'una taula, entre agulles de cosir i agulles de teixir, entre fils, llanes i cotons, una xicoteta comunitat parla, aprén i comparteix el que sap. Millor entre tots que tu sol a casa. Un mal vici. Començar i no parar.

## Escuela Meme

Escola d´arts i oficis

C/ Poeta Ricard Sanmartí, 7
Dl-Dv 18-21h Ds 10-14h
facebook / escuelameme.benimaclet
escuelameme.com

Escuela Meme és un lloc on tot és possible. Un projecte d'autogestió que pretén apropar l'ensenyament dels oficis i de la cultura a totes les edats i gèneres.
Una antiga alqueria, que feia 20 anys que estava abandonada, és l'espai recuperat per aquest digne objectiu. Mà a mà, els seus socis han aconseguit crear una escola que vol ser diferent, que vol transmetre valors socials i aposta per l'aprenentatge intergeneracional. El lloc perfecte per aprendre en llibertat.

## Esperanzarecicla

Costura i artesania

C/ Viver, 8
Segons Activitat
96 361 55 98
facebook / pages/Tiempo -de-Costura-Esperanzarecicla

Esperanza va veure la necessitat de reinventar-se, de reciclar-se a si mateixa. Després de treballar per a altres empreses tèxtils va fer el pas i va obrir el seu propi lloc on la creativitat no té fi.
En Esperanzarecicla s'aposta pel treball fet a mà, per l'artesania, pel reciclatge, per la reutilització i per la reducció material. És un lloc únic en tot el barri per qualsevol persona que vulga aprendre tot el que Esperanza sap fer: costura, teixir, indumentària valenciana...

## Fusionart

Associació cultural

C/ Juan Giner, 5
Consultar programació
96 193 95 15
facebook / fusionartespacio

Emanuel va emprendre un viatge per tota Europa. No coneixia València. Però quan va arribar es va enamorar de les seues activitats, de la platja, de les seues cases ocupades, iniciatives autogestionades i sobretot, de la seua tranquil·litat. Buscava un lloc per realitzar el seu projecte, Fusionart i el va trobar, un gran lloc a Benimaclet. Va començar a llevar tot el que sobrava. I finalment, va quedar un gran espai per a nits temàtiques, menjars populars, música, fires d'artesania i moltes coses més.

ESPECIALIDADES ARGENTINAS
CERVEZAS NACIONALES E INTERNACIONALES
MENÚS ESPECIALES PARA GRUPOS
y muy buena atención!
CAMINITO
TAPAS Y DESTAPAS
C/Santo espíritu, 14
601244546 | 601169069
Benimaclet

El Carabosser C/ Rev. Rafael Tramoyeres, 35 - Benimaclet (Valencia) · Tel. 963 691 446

## La Gramola
Café-bar

C/ Baró de Sant Petrillo, 9
Dl-Ds 18:30-1:30h Dg 18:30-23h
660 829 084
facebook / lagramola

Passem front un cantó del barri de Benimaclet. Ens aguaitem tímidament a una finestra. Veiem gent somrient, parlant, jugant... I sobre les taules trobem les diferents mans de la gent.
Obrim la porta i Noemí ens invita a prendre seient. Després ens dóna la carta amablement. Nosaltres demanem finalment una cervesa d'importació de les moltes que ofereix, un mojito elaborat amb un tipus propi de sucre i un gintònic, especialitat de la casa.

## Itamora
Perruqueria

Avd. Primat Reig, 109
Dm+Dj+Ds 9-18h Dx 14-22h
Dv 9-21h
96 114 50 07
facebook / itamora.peluqueras

La història es repeteix, alguns somnis, encara que no ho pareguen, es fan realitat. Claudia sempre havia tingut un, ser propietària de la seua pròpia perruqueria. Per això, quan Claudia obri la porta d'Itamora a un client, no veu uns cabells a pentinar, a tallar o a rentar, veu una persona que recorre a ella, que li demana ajuda, assessorament. Veu una persona que vol ser ella mateixa, que vol mirar-se a l'espill, orgullosa i eixir cada matí, valenta de la seua casa.

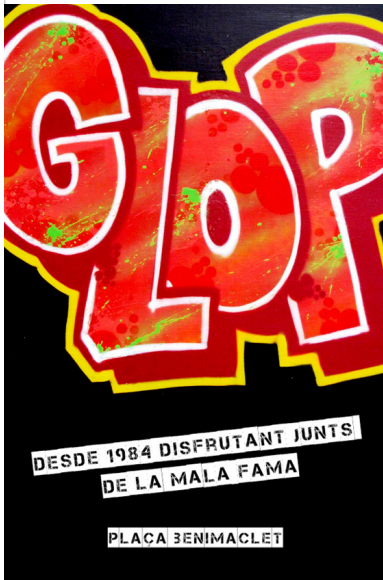
## Kaf Café
Café literari

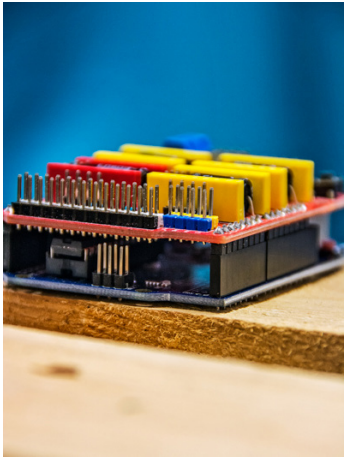
C/ Arquitecte Arnau, 16
Dl-Ds 18-1:30h
96 113 17 06
facebook / kafcafebenimaclet

El nom d'aquest singular café literari, inevitablement ens invita a recordar a l'autor xec Franz Kafka. La Metamorfosi, *Die Verwandlung*, correspon en la nostra llengua a canvi, transformació, conversió...
Sebas és el regent d'aquest xicotet café de Benimaclet, una verdadera institució al barri. Ell ha aconseguit canviar, transformar, convertir un humil local en un café on la pintura, la fotografia, el debat, la poesia i la música s'eleven a la seua màxima expressió.

la carabasseta
TIENDA ECOLÓGICA

C/ Vicente Zaragoza 56, 46020 Valencia
961931809 facebook/La carabasseta





## Laboratorio de Fabricación

Desenvolupant les teues idees

C/ Poeta Carles Salvador, 8
Dl-Dj 10-14h 17-20h Dv 10-14h 17-19h
96 015 19 78 - 685 92 53 96
facebook / laboratoriodefabricacion
laboratoriodefabricacion.com

Existeix al barri un espai on ensenyen com estan fetes les coses, com es poden arreglar i com pots donar-les un nou ús. Amb les portes ben obertes, treballant en equip, ajuntant persones de diferents disciplines, desenvolupen idees i fabriquen quasi qualsevol cosa. Productes, màquines, artefactes, robòtica, electrònica i processos de fabricació pensats i produïts per gent d'ací. Coneixement compartit i lliure. Tecnologia modificable i accessible per a canviar i millorar el món.

## London

Lounge

C/ Enric Navarro, 8 esq
Dl-Dg 18-2:30h
687 07 94 34
facebook / cafelondonbenimaclet

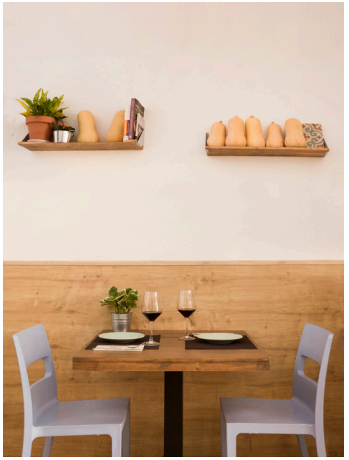
Quan una persona entra en el London entra en un lloc on fer còctels és una qüestió molt seriosa. Les persones que treballen a aquest lloc, són capaços de preparar-te la beguda perfecta per a tu. Darrere d'aquesta barra trobem una varietat espectacular de begudes de tot el món, cerveses nacionals i d'importació, més de 300 marques que fan del seu negoci, el London, un lloc únic. Begudes de campionat que et faran experimentar noves i suggerents sensacions.

## La Ola Fresca

Delicafé

C/ Músic Magenti, 11
Dm-Ds 10-22h Dg 10:30-20h
610 026 305
facebook / laolafresca

Helen va arribar gràcies a la vela, gràcies a la mar. El seu somni, la seua cafeteria no podia anomenar-se d'una altra manera: La Ola Fresca. Primer va trobar un xicotet local i el va pintar de vius colors. A ell van arribar les teteres, les tasses blanques i de colors. Més tard, les cerveses artesanals i els menjars ecològics. Després, els llibres, per a xiquets i per a adults, les plantes i els espills, les cadires i les taules de fusta. Finalment, arribaren els fidels clients, els seus veïns, els seus amics.

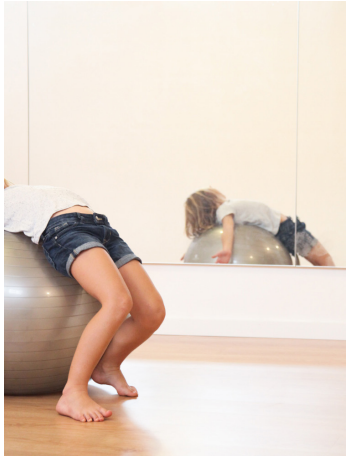


## La Pentola

Osteria - Pasta fresca

C/ Vicente Barrera Cambra s/n
Dm-Dv 8:00-0:00h Ds-Dg 10:00-1:00
96 327 68 06
facebook / lapentolavalencia
lapentolavalencia.es

Aquesta és la història d'un tirapasta. Un objecte poc freqüent per aquesta la nostra terra però, l'objecte més valuós que un amant i expert de la cuina italiana tradicional com Luca pot tenir al seu poder. Aquest tirapasta té ja més de 30 anys, un vertader expert, per tant, en fer tot tipus de pasta fresca: Tortellini, ravioli, tallarins, plaques de lasanya... Un regal, a més, d'una àvia al seu estimat net. Des que Luca el va portar d'Itàlia, no ha aturat ni un dia sencer de fer pasta!



## La Pina Submarina

Espai creatiu

C/ Salvador Almenar, 3 baix esquerra
Dl-Dv 10:30-14 17:30-20:30 Ds 10:30-14
697 84 61 53
facebook / La-Pina-Submarina
lapinasubmarina.com

Pina Bausch va ser ballarina i coreògrafa. Els seus espectacles eren com un guisat. Un poc de dansa, teatre i una mica d'art. Ernesto Pastor és actor i Doriana Rossi és ballarina, coreògrafa i artista. El seu espai és com una llavadora, com un submarí. Dansa, teatre, classes, exposicions, concerts, creació d'espectacles, ... Coses diferents, en moviment, tancades en un xicotet espai. Quedem atrapats en un món hipnòtic del que ja no podem escapar. Donant voltes, en la Pina Submarina.

## Rocío Giner

Centre de dansa i arts

C/ Benicarló, 11
Dl-Dx 10-13h Dl-Dv 17-22h
96 105 48 90
facebook / centrodanzarocioginer
centrodanzarocioginer.com

Després d'anys ballant en companyies i teatres, Rocío Giner ha tornat per compartir els seus coneixements i passió per la dansa al barri. Va voler obrir un centre de ball on s'impartirien més de vint disciplines amb uns professors d'idees clares. Defendre el ball com a expressió lliure que ens permeta oblidar els problemes i expressar les nostres emocions. Un lloc compromés amb la ciutat, convertit en residència artística i obert a les arts escèniques. Un lloc on somriure, on ballar entre amics.

## Rock Island

Café-bar

C/ Enric Navarro, 8 drt
Dm-Dg 18-1:30h
96 133 80 07
facebook / RockIslandMusicBar

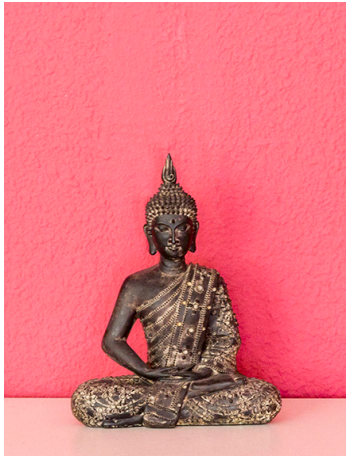
Tot està preparat. Les butaques i les cadires cadascuna al seu lloc i una llum suau inunda tot l'espai. De sobte, un grup de músics puja a un escenari quasi improvisat. I després, el silenci. La música comença a poco a poc. La primera peça, una cançó sense partitura no deixa indeferent a ningú i les cares de felicitat es reprodueixen. Tot en Rock Island, el lloc perfecte per a la gent enamorada de la música en directe, on la improvisació sempre té cabuda.

## Satchmo

Lindy Hop, Balboa, Jazz Steps i claqué

C/ Albocàsser, 33
Dl-Dv 18-22h Ds 10-13h
670 013 343 - 626 362 404
facebook / satchmo
swingvalencia.es

Satchmo és el tribut de tres joves al mestre de la trompeta, al referent del jazz, al gran Louis Armstrong. Un homenatge a la música swing i als anys 20, on aprendre Lindy Hop, Balboa, Jazz Steps i claqué. Aquest serà un lloc per fer comboi, un espai cultural per als veïns. Una família amant de la nostàlgia que ens conviden a la immersió en una dècada passada. T'animem que els visites, t'informes del taller pares-fills, i et sumes a la comunitat que porta un somriure com a senya d'identitat.



## Samadhi

Associació de salut integral

C/ Sant Columbà, 11
Dl-Dv 8:30-22:00 Ds-Dg (programació)
669 498 520 - 615 153 328
facebook /
asociacionsamadhisaludintegral

Samadhi és, segons el ioga, l'estat físic, mental i espiritual al qual trobes la unió de tu mateix amb l'univers. No sabem realment si nosaltres podrem trobar el Samadhi alguna vegada, el que sí que sabem és que Nuria i Sara s'han unit perquè nosaltres trobem el benestar físic, mental i emocional més gran possible. Per això proposen una gran quantitat d'activitats com ioga, pilates, massatges, teràpies bioenergètiques, neuroemocionals...
I tot, perquè et trobes en pau.

## Spirit Benimaclet

Escola de Swing

C/ del Dr. Vicent Zaragozà, 29
Dl-Dv 17.30-23h. Segons programació
656 408 776 - 679 267 474
facebook / spiritbenimaclet
valencialindyhop.com

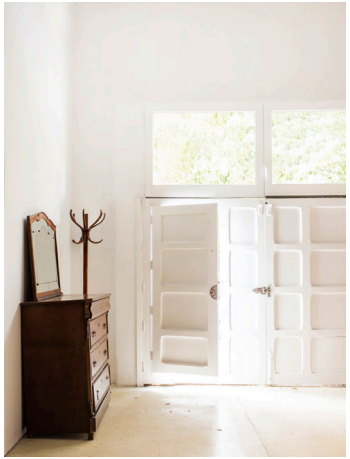
Ells vivien en mons diferents. No havien ballat mai abans. Ella estudia psicologia. Ell toca l'oboé. Una nit, van eixir al carrer i en el silenci d'una ciutat desconeguda, el jazz d'Ella Fitzgerald els va fer creuar unes portes fins a l'interior d'un edifici. Allí van conéixer el swing i s'enamoraren d'ell. Des d'eixa nit, ballen junts cada dia. Però... Què té aquest ball? L'espontaneïtat? La connexió? Frankie Manning té la resposta: 'No hi ha cap *lindy hopper* que no estiga sempre somrient'.

## Tallafocs

Espai gastronòmic

C/ Baró de San Petrillo, 46
Dl-Ds 13:30-16 i 20.45-00h
96 193 13 39
facebook / tallafocsgastrobar

Una flama batega a la cuina del Tallafocs. Els seus ganivets la tallen, juguen amb ella, evitant que s'apague. Mentrestant, dels fogons ixen plats casolans, vegetarians, vegans i ecològics per al menú del dia o pinxos a la nit. Els vins valencians i la cervesa artesanal permeten que el foc prenga amb més força. De sobte, aquest ball roig i blau il·lumina als músics en un xicotet escenari. Només sabem una cosa, mentre la flama no s'apague, quedarem sempre captius per aquesta màgia.



## Teatro Círculo

Teatre

C/ Prudenci Alcón i Mateu, 3
Segons programació
96 392 20 23
facebook / teatro.circulo
teatrocirculo.com

El cercle és una figura constituïda per infinits punts que equidisten d'un centre. Una forma inclusiva i igualitària. Així és aquest teatre, inclusiu i igualitari. Centrat en produccions pròpies que volen rescatar el millor del teatre del segle xx, aquell que aposta pel compromís social. Diversos autors són els referents de la seua trajectòria i forma de ser d'aquesta companyia i teatre: Becket, Pessoa, García Márquez, Benedetti, Pasolini... moltes d'elles adaptades i versionades.

## Tulsa Café

Café-bar

C/ Juan Giner, 11
Dl-Dx 18-2h Dj-Ds 18-3h
679 932 627
facebook / tulsacafeperfil

Una antiga casa guarda un xicotet secret, un lloc on la música retrocedeix dècades. Un lloc de reunió per als amants de la música rock, del power-pop i dels anys 60. Des de fa ja 15 anys aquesta cantonada roja de Benimaclet no ha canviat quasi. Nosaltres i els seus regents, Raúl i José, no ens imaginem aquest lloc, el Tulsa, fora de Benimaclet. Un lloc on s'aposta per la música i també per les activitats com el trivial, els concerts en petit format i el café-teatre.

## El Terra

Centre social autogestionat

C/ Baró de Sant Petrillo, 9
Dl-Dv 8:00-1:00 Ds-Dg 9:00-1:00
699 319 665
facebook / terra.socialbar
elterra.org

Des de finals del segle passat un grup de persones que volen canviar les coses al País Valencià i al món sencer, crearen El Terra. Un projecte basat en l'autogestió, el catalanisme, la independència i la llibertat de classe i país. Un lloc on tot tipus de persona és benvinguda, bé per escoltar una xarrada, o per a fer falles populars i també per participar en una assemblea. On els dinars i els sopars, sempre casolans, sempre ecològics, s'allarguen infinitament. Un lloc on ens sentim entre amics.

# Ecomaclet

23 de setembre / 21 d'octubre
18 de novembre / 16 de desembre
de 10h a 14h
Plaça de Benimaclet

ecomaclet
Jornades per la Sobirania Alimentària de Benimaclet

MES INFO
facebook.com/ecomaclet