

MES DE LA GENT GRAN



Ajuntament de Sallent,
Cabrianes i Cornet

OCTUBRE 2021 **MES + GRAN**

LES HISTÒRIES DE L'AVI JOSEP

Dissabte 2 d'octubre

20.15 h **FÀBRICA VELLA**

Teatre musical. "Les històries de l'avi Josep" és un projecte que neix arran de les converses reals de la Mar i el seu avi Josep. Són històries reals musicades amb cançons originals.

Compra d'entrades a www.fabricavella.sallent.cat (5€)

XERRADA ALIMENTACIÓ SALUDABLE

Dimarts 5 d'octubre

10.00 a 12.00 h **SALA VILÀ I VALENTÍ**

Alimentació, dietes adaptades i activitats per un envelliment saludable. Al final de la xerrada distribuïrem una guia de salut per a la gent gran que recull una sèrie de recomanacions per afrontar l'envelliment de manera saludable i positiva.

CONCERT DE BOLEROS

Dissabte 9 d'octubre

18.00 h **PORXO DE FÀBRICA VELLA**

Amb un toc de joventut, a càrrec de Biel & Leyre

TALLER D'AUTOCURA

Dimecres 13 d'octubre

13.00 a 15.00 h **AUDITORI ESCOLA DE MÚSICA**

Taller adreçat a treballadores de la llar i cuidadores professionals. Anirà a càrrec de Cristina Pérez Opi, sociòloga i experta en polítiques de gènere. L'objectiu és promoure recursos per l'autocura de les treballadores de la llar i cuidadores professionals.

Inscripcions al 93 837 02 00 o ssocials@sallent.cat

TALLER DE RISOTERAPIA

Dissabte 16 d'octubre

11.30 a 13.00 h **FÀBRICA VELLA**

A càrrec de Paqui Borjas. L'humor positiu i el riure per alliberar l'estrès i activar la motivació i la creativitat.

TALLER D'EXPRESSIONI CORPORAL

Dilluns 18 d'octubre

17.00 a 19.00 h **FÀBRICA VELLA**

Dimecres 20 d'octubre

17.00 a 19.00 h **FÀBRICA VELLA**

A càrrec d'Iris Hinojosa. A través de l'expressió corporal es treballaran diverses àrees de la nostra persona: com la consciència del propi cos, sensacions i emocions, autocura, relació amb el nostre entorn, els límits i possibilitats, etc.

Inscripcions al 93 837 02 00 o ssocials@sallent.cat

POESIA AL PARC

Dimarts 19 d'octubre

10.30 h **ENTRADA DEL PARC MUNICIPAL PERE SALLÉS**

Organitza la Biblioteca Sant Antoni Maria Claret i col.labora Ampans.

DINAR PER COMPARTIR

Dimecres 20 d'octubre

13.00 h **PARC MUNICIPAL PERE SALLÉS**

Dinar conjunt amb les persones usuàries del Servei d'Atenció a l'Entorn Domiciliari, professionals del servei i voluntaris del Centre ocupacional d'Ampans.

ACTUACIÓ ESBART

Dissabte 23 d'octubre

11.00 h **PLAÇA SANT BERNAT**

Mostra de danses tradicionals a càrrec de l'Escola de dansa Esbart Vila de Sallent.

FELINS I DIVINS

Diumenge 24 d'octubre

12.00 h **FÀBRICA VELLA**

Un espectacle que ens trasllada al món dels Gats Gelicals, protagonitzat pels joves alumnes de l'escola MTM.

Reserva d'entrades a www.fabricavella.sallent.cat (Gratuit + 60 anys)

TALENT AL CONVENT

Diumenge 24 d'octubre

18.00 h **FÀBRICA VELLA**

Comèdia musical interpretada pel grup d'adults de l'escola MTM. Una cantant de cabaret s'amaga dins d'un convent.

Reserva d'entrades a www.fabricavella.sallent.cat (Gratuit + 60 anys)

INICI GSAM

GRUP DE SUPORT EMOCIONAL I AJUDA MÚTUA

Dimarts 26 d'octubre

Espai de relació, de suport psicològic i d'intercanvi d'experiències entre persones familiars i cuidadores no professionals de persones amb dependència.

TALLER D'AUTOCURA

Dimecres 27 d'octubre

13.00 a 15.00h **AUDITORI ESCOLA DE MÚSICA**

Inscripcions al 93 837 02 00 o ssocials@sallent.cat

TALLER "LA MEVA HISTÒRIA"

Dc 27, dj 28 i dv 29 d'octubre

11.00 a 13.00 h **AULA TARONJA ESCOLA DE MÚSICA**

A càrrec de Gerard Vilardaga. Treballarem la memòria, la creativitat i l'apoderament personal, etc.

Inscripcions al 93 837 02 00 o ssocials@sallent.cat