



# EL MES DE LA GENT GRAN OCTUBRE 2022



Ajuntament  
Sant Andreu de la Barca



## Gent gran activa, inquieta i curiosa

Les persones grans de Sant Andreu de la Barca són actives, curioses, amb ganes d'aprendre i de descobrir coses. El programa que hem previst amb motiu del mes de la Gent Gran recull aquest esperit i dona resposta a les necessitats de les persones grans de la ciutat, que són el nostre patrimoni.

El seu benestar abasta diversos àmbits, des de la salut pública fins a la cultura i el coneixement, i és per això que en la preparació d'aquest programa hi participen diverses regidories de l'Ajuntament.

L'objectiu general és la millora de la qualitat de vida de les persones grans mitjançant la prevenció, la participació, la solidaritat, l'aprenentatge i l'atenció a les mancances derivades de les situacions de pèrdua d'autonomia.

Un dels grans èxits de la societat actual és que les persones viuen més anys i tenen major qualitat de vida i hem d'aprofitar aquest fet perquè puguin gaudir més del dia a dia.

Us oferim la possibilitat de participar activament en el vostre benestar i en el de la comunitat.



**Ana Alba**, Alcaldessa

DIVENDRES

**28**

D'OCTUBRE



17 h



**Casal de la Gent Gran  
Maria Aurèlia Capmany**



## CASTANYADA

Vine a celebrar la Castanyada. Gaudirem junts d'aquesta festa tradicional. Porta tu els panellets i nosaltres posarem les castanyes i el moscatell.

**Activitat gratuïta**



DIA	HORA	LLOC	ACTIVITAT
<b>DIJOUS</b> <b>06</b> <b>D'OCTUBRE</b>	<b>Inici:</b> <b>9.30h</b>	<b>Sortida:</b> <b>Parc Central</b>	<b>Caminada per la ribera del riu Llobregat</b> Caminada amb la gent gran de Sant Andreu de la Barca per la ribera del riu Llobregat fins arribar a una zona de pícnic on fer un àpat de germanor. <b>Durada:</b> 3 hores amb aturades (dificultat mitjana) <b>Activitat gratuïta. Inscripcions:</b> a partir del 3 d'octubre al Casal de la Gent Gran.
<b>DILLUNS</b> <b>10</b> <b>D'OCTUBRE</b> Cada dilluns des del 10 d'octubre i fins al 28 de novembre	<b>de 10 a 11h i d'11.30 a 12.30 h</b> (dos horaris)	<b>Escola Municipal de Música i Dansa (Centre Cultural Aigüestoses)</b>	<b>Taller de musicoteràpia pel benestar emocional</b> Amb la musicoteràpia aconseguirem moure les emocions, pujar l'autoestima, millorar la nostra memòria i concentració i per tant la nostra salut. Una tècnica amb gran quantitat de beneficis per cos i ànima que ens ajudarà a trobar-nos millor i ser més feliços. <b>Activitat gratuïta.</b> Places limitades segons ordre d'inscripció. <b>Inscripcions:</b> a partir del dilluns 3 d'octubre al Casal de la Gent Gran.
<b>DIMARTS</b> <b>11</b> <b>D'OCTUBRE</b>	<b>10 h</b>	<b>Sortida:</b> <b>porta de l'Ajuntament</b>	<b>Història dels carrers de Sant Andreu de la Barca</b> Vols conèixer la història dels edificis més singulars i històrics del teu poble? Vine a conèixer les vivències de l'església, la casa Estrada, el Casino, l'edifici de les Escoles Velles i d'altres més desconeguts. <b>Durada:</b> Una hora i mitja amb aturades (dificultat baixa) <b>Activitat gratuïta. Inscripcions:</b> a partir del 3 d'octubre al Casal de la Gent Gran
<b>DILLUNS</b> <b>17</b> <b>D'OCTUBRE</b>	<b>16.30 h</b>	<b>Teatre Núria Espert</b>	<b>Xerrada: "Sexualitat i gent gran"</b> L'envelliment actiu abasta tots els espais de la nostra vida i la sexual n'és una més. De manera natural i sense complexos parlarem de la nostra sexualitat amb Paqui Molero, metgessa i sexòloga clínica i presidenta de la Federació Española de Societades de Sexologia. <b>Activitat gratuïta</b>
<b>DIUMENGE</b> <b>23</b> <b>D'OCTUBRE</b>	<b>18 h</b>	<b>Teatre Núria Espert</b>	<b>Teatre: Yo voy soñando caminos</b> María Galiana interpreta textos dels autors que més han marcat en la seva trajectòria vital com Antonio Machado, Jorge Manrique o Teresa de Jesús. Acompanyada al piano per Víctor Carbajo alternant amb la veu de Luis Santana, un emotiu viatge sentimental. <b>Preu:</b> 10 euros (promoció del 50 % de descompte). Compra directa a l'Ajuntament, aportant el DNI, o a teatrenuriaespert.cat amb el codi promocional MESDELAGENTGRAN.
<b>DIMECRES</b> <b>26</b> <b>D'OCTUBRE</b>	<b>Inici:</b> <b>09.15 h</b> <b>Hora de tornada:</b> <b>19 h aprox.</b> (dificultat mitjana)	<b>Sortida:</b> <b>parada de bus davant l'Ajuntament</b>	<b>Sortida Cultural a Barcelona</b> Excursió cultural a Barcelona, on visitarem el Museu Marítim i farem una visita guiada al Castell de Montjuïc. Inclou el transport i el dinar de menú amb dos plats, una beguda i postres a un restaurant amb molt d'encant del barri Gòtic de la Ciutat Comtal. <b>Preu:</b> 30 euros. <b>Inscripcions:</b> a partir del 3 d'octubre al Casal de la Gent Gran.