

Ens plau presentar-vos la primera Setmana de la Gent Gran del Masnou, durant la qual es realitzaran un conjunt d'activitats programades de diferents àmbits pensades per al gaudi dels nostres masnovins i masnovines de més edat. Fer-se gran no ha de ser un impediment per gaudir d'un envelliment actiu des de diferents perspectives i activitats. Fer comunitat i teixir complicitats entre i amb els nostres avis i àvies és fonamental per gaudir d'una convivència de qualitat i un benefici de salut individual i col·lectiu. La vellesa és una etapa de la vida en què es pot seguir aprenent i gaudint, i cal posar en valor la saviesa i l'actiu de la gent gran. Esperem que pugueu gaudir d'aquesta programació diversa i plena de contingut, i que aquesta primera Setmana de la Gent Gran acabi esdevenint una referència i un reconeixement per a tots i totes vosaltres.

**Jaume Oliveras i Maristany**  
Alcalde

**Albert Alfaro i Giró**  
Regidor delegat de Gent Gran



# SETMANA DE LA GENT GRAN

Del 5 a l'11 de novembre de 2018

**Activitats gratuïtes adreçades  
a la gent gran del Masnou**

**Més informació:**  
Regidoria de Gent Gran  
Tel. 93 557 18 00  
[gent.gran@elmasnou.cat](mailto:gent.gran@elmasnou.cat)

Amb el suport  
dels Casals de gent  
gran del Masnou



# PROGRAMA

5 al 26 de novembre

Biblioteca Joan Coromines

## EXPOSICIÓ: "DONES GRANS, GRANS DONES"

Exposició que trenca clixés sobre el que significa envellir per a les dones, en desmunta els tòpics i reivindica que les veus femenines de totes les edats siguin escoltades i reconegudes. Amb el suport de l'Institut Català de les Dones.

Dilluns 5 de novembre

10 h

## VISITA GUIADA AL MUSEU MUNICIPAL DE NÀUTICA

Cal inscripció prèvia a [gent.gran@elmasnou.cat](mailto:gent.gran@elmasnou.cat) o bé trucant al 93 557 18 00. Places limitades.

17 h / Casal de Can Malet

## XERRADA: "MESURES PREVENTIVES PER AFRONTAR L'HIVERN"

a càrrec d'Imma Campabadal, fisioterapeuta, i Eva Martínez, infermera, membres d'ADAPTA, assessoria sanitària. Recull de consells pràctics per fer front a l'hivern d'una manera sana i saludable adequant els hàbits i modificant l'entorn.

Dimarts 6 de novembre

17 h / Esplai de la Gent Gran d'Ocata

## XERRADA: "ACCIDENTS A LA LLAR: PREVENCIÓ I PRIMERS AUXILIS"

a càrrec d'Imma Campabadal, fisioterapeuta, i Eva Martínez, infermera, membres d'ADAPTA, assessoria sanitària. Consells per fer de la nostra llar un lloc més segur.

Dimecres 7 de novembre

12 h

## VISITA AL MUSEU CUSÍ DE FARMÀCIA

Cal inscripció prèvia a [gent.gran@elmasnou.cat](mailto:gent.gran@elmasnou.cat) o bé trucant al 93 557 18 00. Places limitades.

17 h / Cinema La Calàndria. Aforament limitat.

## CINEMA: SIETE NOVIAS PARA SIETE HERMANOS (1954)

Musical romàntic dirigit per Stanley Donen i protagonitzat per Howard Keel i Jane Powell, que adapta el popular mite del rapte de les sabines a l'escenari del western americà.

Dijous 8 de novembre

De 10 a 12 h / Pavelló del Complex Esportiu Municipal

## ACTIVA'T

Activitats esportives adreçades a gent gran. Imprescindible venir amb sabates esportives.

De 18 a 20 h / Casal d'Avis Can Mandri

## TALLER DE RISOTERÀPIA

, a càrrec d'Eulàlia Ferrandis, coach de la rialla i fisioterapeuta.

Veniu a viure una experiència en positiu que us provocarà alegria, benestar i relaxació. En guardareu un record excel·lent!

Necessitareu mitjons d'esport gruixuts, roba còmoda i una ampolla d'aigua.

Cal inscripció prèvia a [gent.gran@elmasnou.cat](mailto:gent.gran@elmasnou.cat) o bé trucant al 93 557 18 00. Places limitades.

Divendres 9 de novembre

De 10 a 12 h / Sala polivalent de la Biblioteca

## TALLER DE RISOTERÀPIA

, a càrrec d'Eulàlia Ferrandis, coach de la rialla i fisioterapeuta.

Dissabte 10 de novembre

12 h / Sala capitular de l'Ajuntament del Masnou

## CELEBRACIÓ DE LES NOCES D'OR 2018

Homenatge a les parelles que durant aquest any celebren els cinquanta anys de convivència.

Diumenge 11 de novembre

17 h i 20 h / Espai Escènic Ca n'Humet

## ENCHANTÉ! DIVINAS

*Enchanté!* és un espectacle teatral que s'endinsa en la música europea de principis de segle XX, l'època de la Segona Guerra Mundial, i ens transporta a la ciutat de París, a punt de ser envaïda per les tropes alemanyes. La companyia fa una recreació descarada d'uns anys terribles però de gran efervescència artística. L'espectacle destaca per la seva comicitat, amb bones dosis d'humor absurd i un punt de sàtira política.



Per poder recollir les entrades, cal que acrediteu la vostra identitat amb un document oficial, a l'Oficina d'Atenció Ciutadana (OAC), ubicada a l'edifici municipal del carrer de Roger Flor, 23, **del 22 al 26 d'octubre, de dilluns a divendres, de 8.30 a 14 h, i el dijous 25 també de 16 a 19 h.** L'espectacle és de franc per a les persones a partir dels 65 anys i, mentre hi hagi disponibilitat, podreu escollir la sessió de preferència. Recordeu que l'aforament és limitat.

## AVÍS IMPORTANT

Enguany no rebreu la carta que us convidava a l'espectacle i que havieu de presentar a l'OAC per poder recollir l'entrada. Si esteu empadronats al Masnou i teniu 65 anys o més, podreu recollir-la presentant únicament un document que us identifiqui.