

**+GRANS
+ACTIUS**

la Fira de la Gent Gran

Badalona 2014



Amb la col·laboració de:

 Generalitat de Catalunya
Agència de Salut Pública de Catalunya

 Diputació
Barcelona

 Institut Català de la Salut
Servei d'Atenció Primària
Barcelonès Nord i Maresme

 Badalona
Serveis
Assistencials

 teleb
Televisió de Badalona

 mercat
municipal
badalona

 Creu Roja
Barcelonès Nord

 GAES
Centres Auditius

 ECANITZATS
N S A, S.L.

 ASSOCIACIÓ DE TAI CHI
SALUT I CONSCIÈNCIA

Dimecres 1 d'octubre, de 10 a 20 h

al Centre Cultural l'Escorxador. Carrer Arquitecte Fradera, s/n

(al costat del CC Màgic Badalona)

 L10 LA SALUT - L2 GORG /  B2-B4-B5-B23-B24-B29



Ajuntament de Badalona

Badalona, ciutat de primera!



És per a mi un plaer, com a alcalde, saludar molt cordialment a tots els participants en la Primera Fira de Gent Gran de Badalona, que reuneix els diversos casals i entitats de la gent gran de la nostra ciutat, en una jornada per a la relació i el coneixement mutu de les activitats que es fan i dels serveis que s'hi ofereixen.

Sens dubte, aquest esdeveniment té una especial rellevància per un doble motiu. D'una banda, perquè és la primera vegada que Badalona organitza una mostra com aquesta, que vol donar a la gent gran el protagonisme que mereixeu i que alhora vol ser un merescut homenatge per tot el que feu per les vostres famílies i per la ciutat.

D'altra banda, perquè aquesta trobada -organitzada en el marc de la celebració del Dia Internacional de la Gent Gran- també servirà per reflexionar sobre els temes que us preocupen i sobre el repte que té la societat de garantir a tothom una vellesa digna.

I sobretot aquesta jornada posarà plenament de manifest, una vegada més, la gran vitalitat i el dinamisme dels casals i de les entitats de gent gran badalonines. Badalona se sent molt orgullosa de vosaltres, de la vostra força i del vostre exemple.

Us encoratjo a participar molt activament en aquesta Primera Fira de Gent Gran, que serà un èxit, i convido a tot Badalona a visitar-la.

Xavier Garcia Albiol
Alcalde de Badalona

Es un placer para mí, como alcalde, saludar muy cordialmente a todos los participantes en la Primera Fira de Gent Gran de Badalona, que reúne los diversos centros y entidades de las personas mayores de nuestra ciudad, en una jornada para la relación y el conocimiento mutuo de las actividades que se realizan y de los servicios que se ofrecen.

Sin duda, este acontecimiento tiene una especial relevancia por un doble motivo. Por una parte, porque es la primera vez que Badalona organiza una muestra como esta, que quiere dar a las personas mayores el protagonismo que merecéis y que, al mismo tiempo, quiere ser un merecido homenaje por todo lo que hacéis por vuestras familias y por la ciudad.

Por otro lado, porque este encuentro -organizado en el marco de la celebración del Día Internacional de las Personas Mayores- también servirá para reflexionar sobre los temas que os preocupan y sobre el reto que tiene la sociedad de garantizar a todos una vejez digna.

Y sobre todo esta jornada pondrá plenamente de manifiesto, una vez más, la gran vitalidad y el dinamismo de los centros y entidades de personas mayores badalonenses. Badalona se siente muy orgullosa de vosotros, de vuestra fuerza y de vuestro ejemplo.

Os animo a participar muy activamente en esta Primera Fira de Gent Gran, que sin duda será un éxito, e invito a toda Badalona a visitarla.

1a Fira de la Gent Gran

Programa d'activitats

Espai interior Nau 3

- 10 h **Inauguració**, a càrrec de Montserrat Salgado, regidora de Cultura i Ciutadania de l'Ajuntament de Badalona.
- 10.15 h **Conferència**: 'Com envellir de manera saludable', a càrrec del Dr. Sebastian José Santauegenia Gonzalez, cap de servei de Geriatria i Cures Pal·liatives de Badalona Serveis Assistencials.
- 11.15-12 h **Tallers saludables**:
- **Alimentació**, com cuidar-nos i com cuidar la nostra dieta de manera equilibrada i econòmica.
- **Tallers de Memòria**, lectura, jocs de taula que ajuden a exercitar la nostra part intel·lectual.

Espai exterior

- 11 h **Obertura carpes**. Es podrà trobar informació dels diferents casals, entitats i serveis adreçats a la gent gran de Badalona.
- 11.15 h **Fem Salut**. Caminades, exercicis, estiraments. El que tenim al nostre abast i el que podem fer per millorar les capacitats del nostre cos.
- 11.45 h **Taller gimnàstica**. 'Exercicis per la vida saludable'.
- 12.15 h **Taller Tai-txi**. A càrrec de l'Associació de Tai Chi, salut i consciència.

Espai exterior tarda

- 16 h **Actuació Corals dels Casals de Gent Gran de Badalona**.
- 17 h **Percussió corporal**, amb la col·laboració de l'IES Barres i Ones.
- 17.30 h **Actuació en clau d'humor** amb Mayte Carreras.
- 19 h **Cloenda de la Fira**.
- 19.30 h **Finalització visites carpes**.