

# L'ESTIU ÉS GRAN

del 2 de JULIOL al 31 de JULIOL



## **DIMECRES 4 a les 18:30h**

**Cicle de benestar: "Maneig del Insomni"**

**Lloc:** Sala d'Enric Granados (Biblioteca Municipal)

## **DIJOUS 5 a les 8:00h**

**Passejada per la Riera amb l'artista Àngels Ribé**

**Punt de sortida:** Ateneu Municipal

## **DIMECRES 11 a les 18:30h**

**Cicle de benestar: "Intel·ligència emocional"**

**Lloc:** Sala d'Enric Granados (Biblioteca Municipal)

## **DIJOUS 12 a les 18:00h**

Visita comentada a l'exposició **"Entusiasme MACBA al MAC"**

**Lloc:** Museu d'Art de Cerdanyola

## **DIVENDRES 13 a les 22:00h**

**Cicle de cinema a la fresca: "Perfectes desconeguts"**

**Lloc:** Plaça de l'Abat Oliba

## **DIUMENGE 15 a les 22:00h**

**Cantada d'havaneres amb Rom Cremat**

**Lloc:** Plaça de l'Abat Oliba

## **DIMECRES 18 a les 18:30h**

**Cicle de benestar: "Dolors i remeis naturals"**

**Lloc:** Sala d'Enric Granados (Biblioteca Municipal)

## **DIVENDRES 20 a les 22:00h**

**Presentació del Curtmetratge: "L'ESTIGMA!" al Festival Fantofreak**

**Guió i direcció:** Javier Abarca

**Lloc:** Parc del Turonet

**DIMECRES 25 a les 18:30h**

**Cicle de Benestar: "Alimentació bio-ecològica"**

**Lloc:** Sala d'Enric Granados (Biblioteca Municipal)

**DIVENDRES 27 a les 22:00h**

**Cicle de cinema a la fresca: "CICLE DE CURTMETRATGES"**

**Lloc:** Plaça de l'Abat Oliba

**DIUMENGE 29 a les 22:00h**

**Ball a la fresca a càrrec de: "L'ORQUESTRA FRANQUESINA"**

**Lloc:** Plaça de l'Abat Oliba

**Taller d'entrenament de la memòria**

Dilluns per la tarda

**Lloc:** Sala del Arxiu Municipal

**loga a l'aire lliure**

Dimarts a les 9:00 hores

**Lloc:** Parc de Cordelles

**Taller: "Calma la ment i obté benestar"**

Dimarts de 17:00 a 19:00 hores

**Lloc:** Sala de l'Àrea Social

**Passejades matinals per Collserola**

Dijous a les 8:00 hores

**Punt de sortida:** Ateneu Municipal

**TALLERS I ACTIVITATS CONTINUADES**

**\*Per participar a les  
ACTIVITATS  
CONTINUADES, cal  
INSCRIPCIÓ PRÈVIA  
trucant al**

**93 580 88 88 Ext. 2141**

Amb la calor i els colors estiuencs arriba una nova edició de "L'estiu és gran", una proposta fresca i divertida per a gaudir dels dies assolellats i les nits llargues i acollidores. Un mes ple d'activitats per gaudir plegats i mantenir la ment i el cos actius!

Des del Govern de Cerdanyola som conscients de la importància de la promoció de l'envelliment actiu i aquest treball no és pot aturar a l'estiu. En aquest mesos també volem impulsar iniciatives on les persones grans pugin participar i desenvolupar activitats per tal d'aconseguir un ple benestar físic i mental.

A Cerdanyola, volem col·laborar per fer l'estiu més actiu i emocionant. Per aquest motiu, la comissió de participació del Consell Municipal de la gent gran ha pensat una proposta d'activitats adreçades a vosaltres. Una programació variada i divertida on pugeu triar, d'acord als vostres interessos, el que més us agradi.

Us convido a participar-hi i a gaudir de l'estiu a Cerdanyola

**Elvi Vila Caelles**  
**Regidora de Drets Civils**



Ajuntament de  
**Cerdanyola del Vallès**