

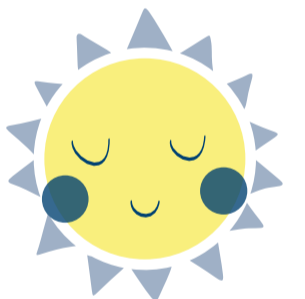
Horaris

- 10 de juliol**
18 h Caminada fins al parc de la Mare de la Font
De 19 a 20.30 h Tarda de música amb Elisabeth Majoral
- 12 de juliol**
De 10 a 12 h Xerrada-taller "Per què cal menjar millor?"
De 17 a 18 h Aiguagim
- 14 de juliol**
De 17 a 19 h "Més que paraules. Dona vida a la teva veu"
- 15 de juliol**
18h Passejada i taller de botànica
20 h loga a la fresca
- 16 de juliol**
De 10 a 12 h "Més que paraules. Dona vida a la teva veu"
- 19 de juliol**
De 17 a 18 h Aiguagim
- 20 de juliol**
15 h Visita a l'orgue de la catedral

- 21 de juliol**
17 h Cinefòrum: "La boda de Muriel"
- 22 de juliol**
15 h Visita a l'orgue de la catedral
20 h loga a la fresca
- 24 de juliol**
12 h Recital de poemes d'Enric Casasses
- 26 de juliol**
De 17 a 18 h Aiguagim
- 27 de juliol**
19 h Torneig de bitlles catalanes
- 29 de juliol**
De 18 a 19.30 h Passejada i taller de botànica (2a sessió)
20 h loga a la fresca
- 31 de juliol**
De 10 a 12 h Passejada guiada per la ribera

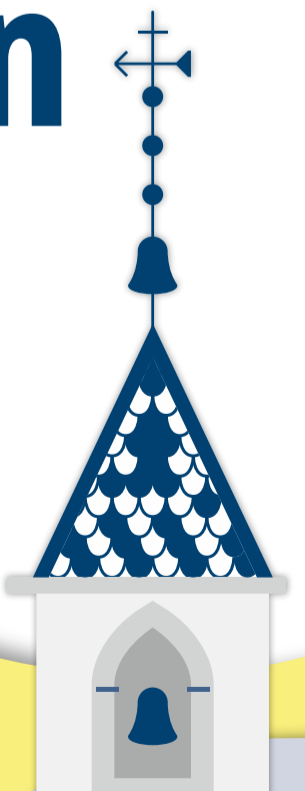
Inscripcions

Les inscripcions es cursen de 9 a 14 h els dies 7, 8 i 9 de juliol a les dependències municipals dels Serveis Socials (Ajuntament de Solsona, 2n pis).
En cas que quedin places disponibles, les inscripcions s'allargaran fins al dia de l'activitat.



L'estiu més gran

ACTIVITATS D'ESTIU
PER A LA GENT GRAN
DE SOLSONA



Programació

10 de juliol TARDA DE MÚSICA

Concert a càrrec d'Elisabeth Majoral en un entorn únic, a la balma del parc de la Mare de la Font

- **Sortida a peu** des de Solsona fins a la Mare de la Font
Horari: 18 h
Lloc: passeig del Pare Claret (freixera)
- **Sortida amb bus** fins a la Mare de la Font
Horari: 18.30 h
Lloc: estació autobusos
- **Concert de música** amb Elisabeth Majoral
Horari: de 19 a 20.30 h
Lloc: parc de la Mare de la Font

Ho organitza: Consell de la Gent Gran de Solsona

Inscripcions a les dependències municipals dels Serveis Socials

12 de juliol PER QUÈ CAL MENJAR MILLOR?

La nutricionista-dietista Alícia López imparteix una xerrada sobre la diferència entre qualitat i quantitat, tenint en compte que no hi ha aliments bons ni dolents. La primera part de la sessió serà una xerrada que, posteriorment, es complementarà amb un taller pràctic.

Horari: de 10 a 12h
Lloc: Biblioteca Carles Morató
Professora: Alícia López

Inscripcions a les dependències municipals dels Serveis Socials

12, 19 i 26 de juliol AIGUAGIM

Activitat física dins l'aigua en forma aeròbica al ritme de la música

Dies: 12, 19 i 26 de juliol (inscripcions d'un dia, dos o tres)
Horari: de 17 a 18 h
Lloc: piscines municipals
Professora: Laia Soler

Inscripcions a les dependències municipals dels Serveis Socials

14 o 16 de juliol "MÉS QUE PARAULES. DONA VIDA A LA TEVA VEU"

Taller per endinsar-se en el món de la narració oral i la recitació: un procés màgic per descobrir que les paraules cobren vida a través del cos i la pròpia veu. Es desvetlla l'art de la lectura en veu alta per tocar el cor de qui ens escolta i emocionar-lo.

Es pot escollir entre dues dates:

- El dia 14 de juliol de 17 a 19 h
- El dia 16 de juliol de 10 a 12 h

Professora: Alba Mascarella
Lloc: Biblioteca Carles Morató

Inscripcions a les dependències municipals dels Serveis Socials

15 i 29 de juliol PASSEJADA I TALLERS BOTÀNICS

Primera sessió: passejada de 90 minuts en el decurs de la qual es reconeixeran diferents plantes d'ús culinari o remeieres i recollecció de les plantes necessàries per dur a terme el taller de la segona sessió de l'activitat

Segona sessió: taller de 90 minuts per fer ús de les plantes recol·lectades i degudament assecades
Dies: el 15 de juliol i el 29 de juliol. Cal participar-hi ambdós dies.

Hora: 18 h
• Educadores ambientals: Sàmara Natura
• Lloc:
• **Primera sessió:** freixera del passeig del Pare Claret
• **Segona sessió:** Biblioteca Carles Morató

Inscripcions a les dependències municipals dels Serveis Socials

15, 22 i 29 de juliol IOGA A LA FRESCA

Ioga a la fresca a l'entorn de les piscines municipals

Dies: 15, 22 i 29 de juliol (inscripcions d'un dia, dos o tres)
Hora: 20 h
Lloc: piscines municipals
Professora: Emma Herrada

Inscripcions a les dependències municipals dels Serveis Socials

20 o 22 de juliol VISITA A L'ORGUE DE LA CATEDRAL

Heu vist mai un orgue per dins? Sabeu que té tubs de fusta, de més de cinc metres de llargada, amagats al seu interior? Us imagineu més de 3.000 tubs, de totes les dimensions i formes? Us agradaria ser al costat de l'organista quan sonin els primers acords?

En el marc de la campanya de restauració de l'orgue de la Catedral de Solsona, us oferim la possibilitat d'una experiència excepcional: una visita guiada per les entranyes d'aquest monumental instrument, a càrrec dels guies de Solsona Experience i amb un tast musical.

Us animem a entrar en un món de tubs, manxes, mecanismes i secrets d'un gran instrument que amaga molt més del què es veu!

Es pot escollir entre dues dates:

- El dia 20 de juliol a les 15 h
- El dia 22 de juliol a les 16 h

Inscripcions a les dependències municipals dels Serveis Socials

21 de juliol CINEFÒRUM amb la pel·lícula 'La boda de Muriel'

A *La boda de Muriel* (*Muriel's Wedding*, 1994), la protagonista, una noia amb sobrepès que viu en el seu món de fantasia ple de cançons d'ABBA i catàlegs nupcials, somia que algun dia arribarà el seu príncep blau per rescatar-la de la seva odiosa família i del grup d'amigues que no fan res més que humiliar-la. Cansada d'esperar, decideix anar a la ciutat, viure una altra vida i trobar algú.

Horari: 17 h
Lloc: Teatre Comarcal

Inscripcions a Serveis Socials a l'Ajuntament de Solsona o al Teatre comarcal, el mateix dia de l'activitat

24 de juliol RECITAL DE POEMES D'ENRIC CASASSES

Aquest any les Faranduleres Poètiques participen a «L'estiu més gran» celebrant la presencialitat amb l'obra d'un autor contemporani transgressor, d'una poesia molt sonora que juga amb el sentit de les paraules i amb els fonemes d'una forma enginyosa i divertida. Enric Casasses, Premi d'Honor de les Lletres Catalanes, té una visió molt particular del món que ens envolta. En aquest recital s'hi llegiran textos en vers, prosa poètica, frases, aforismes, prosa poètica i algun "all cru", que és el haiku a la catalana.

Horari: 12 h
Rapsodes: Faranduleres Poètiques
Lloc: Biblioteca Carles Morató

Inscripcions a les dependències municipals dels Serveis Socials

27 de juliol TORNEIG DE BITLLES CATALANES

Tirades individuals. Optaran a premi els majors de 55 anys que siguin pensionistes o que no estiguin en actiu.

Hora: 19 h
Hi col·laboren: Club Bitlles Solsona i Club Bitlles Estel del Solsonès
Lloc: pistes noves del parc de l'Hort del Bisbe

Inscripcions el mateix dia abans de començar

31 de juliol PASSEJADA GUIADA PER LA RIBERA

El barranc de Pallarès és un torrent afluent del riu Negre. Les seves aigües i el seu entorn natural han donat acollida a la ciutat de Solsona. Una passejada de dues hores per aquest àmbit permet descobrir la bellesa i importància del bosc de ribera i els tresors naturals del Solsonès.

Aquesta passejada inclou un reconeixement de les plantes del nostre entorn, descobrir quines són més escasses i necessiten més protecció, constatar l'estat actual de conservació dels nostres rius i rieres i la transformació del paisatge en els darrers 50 anys.

Educadores ambientals: Sàmara Natura
Horari: de 10 a 12 h

Inscripcions a les dependències municipals dels Serveis Socials

