



Som grans

7a Setmana de la Gent Gran

Aquest octubre,
participa en
el programa d'activitats
que t'hem preparat

Ajuntament de L'Hospitalet





Som grans



Núria Marín i Martínez

Alcaldeessa de la ciutat

De l'1 al 8 d'octubre, celebrem **la Setmana de la Gent Gran de L'Hospitalet**, un esdeveniment que és un merescut homenatge i reconeixement a les nostres persones grans i a la seva aportació a la comunitat i a la construcció de L'Hospitalet.

Durant aquests dies, els casals de la ciutat obren les portes a tota la ciutadania per donar a conèixer totes aquelles activitats que es duen a terme al seu interior per tal de promoure la salut física i mental, l'oci i l'envelliment actiu de la nostra gent gran.

El programa que teniu a les mans és un reflex de la diversitat d'interessos i inquietuds de la gent gran. Així, trobem **exposicions, conferències, ballades de sardanes i de sevillanes, cant coral, teatre, activitats esportives i, naturalment, l' emotiu homenatge a les persones centenàries. Una setmana que és una mostra de la intensa activitat i capacitat organitzativa de les associacions de gent gran de la ciutat.**

La gent gran teniu, més que mai, un paper actiu i participatiu en la nostra societat. Us convido a gaudir d'una setmana d'activitats de la qual sou protagonistes. Us hi esperem!

**Com la nostra ciutat.
Som, sou grans. Us hi espero!**

Programa d'activitats

Diumenge, 1 d'octubre

11.30 h

Acte d'homenatge a les persones centenàries de la ciutat

PALAUET DE CAN BUXERES

Ho organitza: Ajuntament de L'Hospitalet

Hi col·labora: Departament de Drets Socials de la Generalitat de Catalunya

Acte reservat persones centenàries i els seus acompanyants

Dilluns, 2 d'octubre



11 h

Cant coral **A càrrec de la coral del Casal de Gent Gran de Santa Eulàlia**

CASAL DE GENT GRAN DE SANTA EULÀLIA
(PL. DELS AVIS, 12)

Ho organitza: Associació de Persones Grans de Santa Eulàlia

Hi col·labora: Ajuntament de L'Hospitalet

Som grans

Dilluns, 2 d'octubre

12 h

Exposició fotogràfica del barri de Santa Eulàlia

De Lluís Alegre

CASAL DE GENT GRAN DE SANTA EULÀLIA
(PL. DELS AVIS, 12)

Ho organitza: Associació de Persones Grans
de Santa Eulàlia

Hí col·labora: Ajuntament de L'Hospitalet



18 h

Ball i animació

CASAL DE GENT GRAN DE SANT JOSEP
(C. DE SANTIAGO DE COMPOSTEL·LA, 11)

Arriba l'hora de moure l'esquelet i donar-ho
tot amb **Leandro Showman**.

Que no es digui que no ets una persona
marxosa!

Ho organitza: Associació de Jubilats i
Pensionistes de Sant Josep
Hí col·labora: Ajuntament de L'Hospitalet



Dimarts, 3 d'octubre

10 h

Master class de gimnàstica A càrrec d'Ana Lobón

**CASAL DE GENT GRAN DE PUBILLA CASES
(C. D'AMADEU VIVES, 1)**

Ho organitza: Associació de Jubilats i Pensionistes de Pubilla Cases.

Hi col·labora: Ajuntament de L'Hospitalet



12 h

Col·loqui “Una mirada vers la soledat no volguda”

CASAL DE GENT GRAN DE PUBILLA CASES (C. D'AMADEU VIVES, 1)

Col·loqui a càrrec d'Amics de la Gent Gran

Ho organitza: Amics de la Gent Gran de L'Hospitalet

Hi col·laboren: Associació de Jubilats i Pensionistes de Pubilla Cases i
Ajuntament de L'Hospitalet



17 h

Actuació del cor *rociero* del Casal de Gent Gran de la Torrassa

**CASAL DE GENT GRAN DE LA TORRASSA
(C. DE L'ALBAREDA, 2)**

Ho organitza: Associació Casal de Gent Gran de la
Torrassa. Hi col·labora: Ajuntament de L'Hospitalet

18 h

Exhibició de tennis taula

CASAL DE GENT GRAN DE LA TORRASSA (C. DE L'ALBAREDA, 2)

Ho organitza: Casal de Gent Gran de la Torrassa

Hi col·labora: Ajuntament de L'Hospitalet

Dimecres, 4 d'octubre



9.30 h

Caminada per la ciutat El camí de Sant Jaume per L'Hospitalet

**PUNT DE TROBADA:
PLAÇA DE L'ESCORÇA**

Vine a passejar en grup i passar
una bona estona!

**Inscripcions:
envelliment.actiu@l-h.cat
o al telèfon 678 087 707.**

Ho organitza: Associació d'Amics del
Camí de Sant Jaume de L'Hospitalet
Hi col·labora: Ajuntament de
L'Hospitalet

11.30 h

Taitxí i mostra de manualitats

**CASAL DE GENT GRAN DE BELLVITGE-
L'ERMITA (PG. DE BELLVITGE, 12)**

Ho organitza: Associació de Jubilats
i Pensionistes del Casal l'Ermita
Hi col·labora: Ajuntament de
L'Hospitalet

17 h

Concert de violí

**CASAL DE GENT GRAN DE CAN SERRA
(C. DE CASTELLBÓ, 45)**

**Grup de violí del Casal de Gent
Gran de Can Serra i el músic
Carlos Miguel**

Ho organitza: Associació de Jubilats
i Pensionistes de Can Serra
Hi col·labora: Ajuntament de
L'Hospitalet

18 h

Sevillanes

**CASAL DE GENT GRAN DE CAN SERRA
(C. DE CASTELLBÓ, 45)**

Ho organitza: Associació de Jubilats
i Pensionistes de Can Serra
Hi col·labora: Ajuntament de
L'Hospitalet

Dijous, 5 d'octubre

10 h

Playback i ball en línia

**CASAL DE GENT GRAN DE PROVENÇANA
(AV. D'AMADEU TORNER, 28)**

Ho organitza: Associació de Jubilats i Pensionistes Provençana

Hi col·labora: Ajuntament de L'Hospitalet

17 h

Conferència “Què cal saber sobre l'insomni? Consells bàsics i prevenció

**CASAL DE GENT GRAN DE CA N'ARÚS
(AV. DEL CARRILET, 312)**

Ho organitza: Col·legi de Farmacèutics de Barcelona

Hi col·laboren: Associació de Gent Gran de Ca n'Arús i Ajuntament de L'Hospitalet

18 h

Programa Endolla't

**CASAL DE GENT GRAN DE CA N'ARÚS
(AV. DEL CARRILET, 312)**

Vols que el mòbil es converteixi en el teu millor aliat?

Veus les noves tecnologies com una cosa allunyada i complicada? Vine al “Programa Endolla't” i t'ensenyarem a configurar el mòbil; a utilitzar el WhatsApp o el correu electrònic; a instal·lar i desinstal·lar apps...

Ho organitzen: Ajuntament de L'Hospitalet

i Associació de Gent Gran de Ca n'Arús

Hi col·laboren: Mobile World Capital i Fundació Pere Tarrés



Som grans

Divendres,
6 d'octubre



10 h

Torneig intercasals de petanca

CASAL DE GENT GRAN DE GORNAL
(AV. DE VILANOVA, 38)

Ho organitza: Associació de Jubilats i Pensionistes del polígon Gornal
Hi col·labora: Ajuntament de L'Hospitalet

17 h

Teatre

Gato por liebre

CENTRE CULTURAL SANFELIU
(C. DE L'EMIGRANT, 27)

Ho organitza: **Todos a Una**, grup de teatre del Casal de la Florida

Comèdia que tracta d'un grup de persones que van a una agència matrimonial a demanar els seus serveis.

Hi col·laboren: Associació de Jubilats i Pensionistes de Sanfeliu i Ajuntament de L'Hospitalet





**Dissabte,
7 d'octubre**

17 h

**Ball per a la
gent gran**
Música en directe a
càrrec de la cantant
Sílvia Bas

PLAÇA DE L'AJUNTAMENT

Ho organitza: Ajuntament de
L'Hospitalet

**Diumenge,
8 d'octubre**

11.30 h

**Ballada de
sardanes**
Amb la Colla Sardanista
de Maig i la Cobla
de Premià

PLAÇA DE L'AJUNTAMENT

Ho organitza: Ajuntament de
L'Hospitalet

Hi col·labora: Coordinadora Sardanista
de L'Hospitalet



Som grans



Som grans

7ª Semana de la Gent Gran

Este octubre,
participa en
el programa de actividades
que te hemos preparado

Ajuntament de L'Hospitalet





Som grans



Núria Marín i Martínez

Alcaldesa de la ciutat

Del 1 al 8 de octubre, celebramos **la Semana de las Personas Mayores de L'Hospitalet**, un evento que es un merecido homenaje y reconocimiento a nuestros mayores y a su aportación a la comunidad y a la construcción de L'Hospitalet.

Durante estos días, los casals de la ciudad abren las puertas a toda la ciudadanía para dar a conocer todas aquellas actividades que se llevan a cabo en su interior para promover la salud física y mental, el ocio y el envejecimiento activo de nuestros mayores.

El programa que tenéis en las manos es un reflejo de la diversidad de intereses e inquietudes de nuestros mayores. Así, encontramos **exposiciones, conferencias, bailes de sardanas y sevillanas, canto coral, teatro, actividades deportivas y, naturalmente, el emotivo homenaje a las personas centenarias. Una semana que es una muestra de la intensa actividad y capacidad organizativa de las asociaciones de personas mayores de la ciudad.**

Los mayores tenéis, más que nunca, un papel activo y participativo en nuestra sociedad. Os invito a disfrutar de una semana de actividades de la cual sois protagonistas. ¡Os esperamos!

**Como nuestra ciudad.
Somos, sois grandes. ¡Os espero!**

Programa de actividades

Domingo, 1 de octubre

11.30 h

Acto de homenaje a las personas centenarias de la ciudad

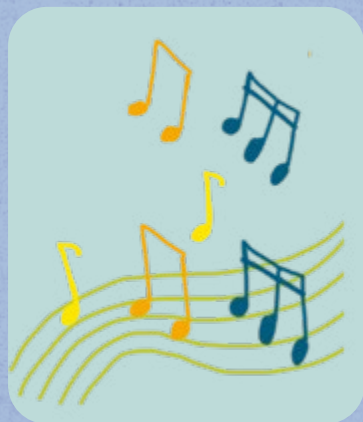
PALAUET DE CAN BUXERES

Organiza: Ayuntamiento de L'Hospitalet

Colabora: Departament de Drets Socials de la Generalitat de Catalunya

Acto reservado a personas centenarias y sus acompañantes

Lunes, 2 de octubre



11 h

Canto coral **A cargo de la coral de Casal de** **Personas Mayores de Santa** **Eulàlia**

CASAL DE GENT GRAN DE SANTA EULÀLIA
(PL. DELS AVIS, 12)

Organiza: Associació de Persones Grans de Santa Eulàlia

Colabora: Ayuntamiento de L'Hospitalet

Som grans

Lunes, 2 de octubre

12 h

Exposición fotográfica del barrio de Santa Eulàlia

De Lluís Alegre

CASAL DE GENT GRAN DE SANTA EULÀLIA
(PL. DELS AVIS, 12)

Organiza: Associació de Persones Grans de
Santa Eulàlia

Colabora: Ayuntamiento de L'Hospitalet



18 h

Baile y animación

CASAL DE GENT GRAN DE SANT JOSEP
(C. DE SANTIAGO DE COMPOSTEL·LA, 11)

Llega la hora de mover el esqueleto y darlo
todo con **Leandro Showman**.

¡Que no se diga que no eres una persona
marchosa!

Organiza: Associació de Jubilats i Pensionistes
de Sant Josep

Colabora: Ayuntamiento de L'Hospitalet



Martes, 3 de octubre

10 h

Master class de gimnasia

A cargo de Ana Lobón

CASAL DE GENT GRAN DE PUBILLA CASES

(C. D'AMADEU VIVES, 1)

Organiza: Amics de la Gent Gran de L'Hospitalet

Colaboran: Associació de Jubilats i Pensionistes

de Pubilla Cases y Ayuntamiento de L'Hospitalet



12 h

Coloquio “Una mirada vers la soledat no volguda”

CASAL GENT GRAN DE PUBILLA CASES (C. D'AMADEU VIVES, 1)

A cargo de Amics de la Gent Gran

Organiza: Amics de la Gent Gran de L'Hospitalet

Colaboran: Associació de Jubilats i Pensionistes de Pubilla Cases y

Ayuntamiento de L'Hospitalet



17 h

Actuación del coro rociero del Casal de Gent Gran de la Torrassa

CASAL DE GENT GRAN DE LA TORRASSA (C. ALBAREDA, 2)

Organiza: Associació Casal de Persones Mayores de la
Torrassa

Colabora: Ayuntamiento de L'Hospitalet

18 h

Exhibición de tenis de mesa

CASAL DE LA TORRASSA (C. ALBAREDA, 2)

Organiza: Casal de Persones Mayores de la Torrassa

Colabora: Ayuntamiento de L'Hospitalet

Miércoles, 4 de octubre



9.30 h

Caminata por la ciudad El camino de Santiago por L'Hospitalet

**PUNTO DE ENCUENTRO:
PLAZA DE L'ESCORÇA**

¡Ven a pasear en grupo
y pasar un buen rato!

**Inscripciones:
envelliment.actiu@l-h.cat
o al telèfon 678 087 707.**

Organiza: Associació d'Amics del
Camí de Sant Jaume de L'Hospitalet
Colabora: Ayuntamiento
de L'Hospitalet

11.30 h

Taichí y muestra de manualidades

**CASAL DE GENT GRAN
DE BELLVITGE-L'ERMITA
(PG. DE BELLVITGE, 12)**

Organiza: Associació de Jubilats i
Pensionistes del Casal l'Ermita
Colabora: Ayuntamiento de L'Hospitalet

17 h

Concierto de violín

**CASAL DE GENT GRAN DE CAN SERRA
(C. DE CASTELLBÓ, 45)**

**Grupo de violín del Casal de
Personas Mayores de Can Serra
y el músico Carlos Miguel**

Organiza: Associació de Jubilats i
Pensionistes de Can Serra
Colabora: Ayuntamiento de L'Hospitalet

18 h

Sevillanas

**CASAL DE GENT GRAN DE CAN SERRA
(C. DE CASTELLBÓ, 45)**

Organiza: Associació de Jubilats i
Pensionistes de Can Serra
Colabora: Ayuntamiento de L'Hospitalet

Jueves, 5 de octubre

10 h

Playback y baile en línea

**CASAL DE GENT GRAN
DE PROVENÇANA
(AV. D'AMADEU TORNER, 28)**

Organiza: Associació de Jubilats
i Pensionistes Provençana
Colabora: Ayuntamiento
de L'Hospitalet

17 h

Conferencia “¿Qué hay que saber sobre el insomnio? Consejos básicos y prevención”

**CASAL DE GENT GRAN
DE CA N'ARÚS (AV. DEL CARRILET, 312)**

Organiza: Col·legi de Farmacèutics
de Barcelona
Colaboran: Associació de Gent Gran
de Ca n'Arús y Ayuntamiento
de L'Hospitalet

18 h

Programa Endolla't

**CASAL DE GENT GRAN DE CA N'ARÚS
(AV. DEL CARRILET, 312)**

¿Quieres que el móvil se convierta en tu
mejor aliado?
¿Ves las nuevas tecnologías como algo
alejado y complicado? Ven al “Programa
Endolla't” y te enseñaremos a configurar
el móvil; a usar el WhatsApp o el correo
electrónico; a instalar y desinstalar apps...



Organizan: Ayuntamiento de L'Hospitalet
y Associació de Gent Gran de Ca n'Arús
Colaboran: Mobile World Capital y Fundació Pere Tarrés

Som grans

**Viernes,
6 de octubre**



10 h

Torneo intercasales de petanca

**CASAL DE GENT GRAN DE GORNAL
(AV. DE VILANOVA, 38)**

Organiza: Associació de Jubilats i
Pensionistes del polígon Gornal
Colabora: Ayuntamiento
de L'Hospitalet

17 h

Teatro *Gato por liebre*

**CENTRE CULTURAL SANFELIU
(C. DE L'EMIGRANT, 27)**

Organiza: **Todos a Una**, grup de
teatre del Casal de Gent Gran la
Florida

Colaboran: Associació de Jubilats
i Pensionistes de Sanfeliu y
Ayuntamiento de L'Hospitalet

Comedia que trata de un grupo
de personas que acuden a una
agencia matrimonial a pedir sus
servicios.





Sábado
7 d'octubre

17 h

**Baile para la
gente mayor**
**Música en directo a
cargo de la cantante
Sílvia Bas**

PLAZA DEL AYUNTAMIENTO

Organiza: Ayuntamiento
de L'Hospitalet

Domingo,
8 de octubre

11.30 h

***Ballada de
sardanas***
**Con la Colla Sardanista
de Maig y la Cobla de
Premià**

PLAZA DEL AYUNTAMIENTO

Organiza: Ayuntamiento
de L'Hospitalet
Colabora: Coordinadora Sardanista
de L'Hospitalet



Som grans