

■ **Dijous 22 d'octubre**
De 9.30 a 13 h. Punt de trobada:
Davant de l'escola Serra i Hünter
(passeig Sant Jordi de la Balconada, 18)
LES RUTES DEL CANVI. MANRESA EN OBRES: EL PARC DEL CARDENER
Ruta passant pel Pou de la Llum, el Camí de les Ínyigues, el barri de Sant Pau, les Fàbriques Blanca i Vermella, la Font de Sant Pau, la resclosa del Pont Vell, el camí de la Font de Fans, Creu del Tort i acabant al Casal Escodines amb un pìscolabis. Places limitades. Cal inscripció prèvia. Cal portar roba còmode, aigua i tenir bona mobilitat.
Organitza: Ajuntament de Manresa

16.30 h a l'Espai de Gent Gran Fundació "La Caixa" Manresa (Pompeu Fabra, 2)
"VOLS DONAR MÉS SENTIT AL TEU TEMPS?DESCOBREIX L'ESPAI D'ORIENTACIÓ INDIVIDUALITZAT"
Activitat gratuïta adreçada a persones majors de 55 anys. Inscripcions de manera presencial a la recepció del centre o trucant al 696976148 fins a completar aforament.
Organitza: Espai Fundació "La Caixa" Manresa

18 h a l'Espai Gent Gran de l'Ateneu les Bases
CONFERÈNCIA "EDATISME DIGITAL"
A càrrec de Joan Jorge Sánchez.
Activitat lliure i gratuïta.
Organitza: Coordinadora de Jubilats i Pensionistes

■ **Diumenge 25 d'octubre**
18 h al Teatre Conservatori
L'ORFEÓ MANRESÀ CANTA A LA GENT GRAN: UN CANT COMPARTIT. LA JOIA, L'AMOR I LA FRATERNITAT
Entrada gratuïta. Reserva les entrades a les taquilles o a kursaal.cat
Organitza: Associació de Gent Gran Viure i Conviure

■ **Dimecres 28 d'octubre**
10 h a l'Espai Plana de l'Om
COM FAS D'AVI? CURES I VIDA QUOTIDIANA
Visita guiada a l'exposició artística "Intervinent l'oblit: memòria domèstica i de cures" i espai de reflexió grupal per a homes grans sobre el rol d'avi, les cures i la corresponsabilitat. A càrrec de **Joel Audi Poy**, psicòleg especialista en gènere. Activitat gratuïta amb inscripció prèvia.
Organitza: Unitat de Feminismes i LGTBI de l'Ajuntament de Manresa

17 h a la Sala Petita del Kursaal
ACTUACIÓ DE SOM ACTIUS
Grup de teatre i playback de l'AV Sagrada Família.
Entrades gratuïtes a les taquilles o a kursaal.cat
Organitza: AV Sagrada Família
Col·labora: Ajuntament de Manresa

■ **Dijous 29 d'octubre**
A les 10 h a l'espai expositiu de la Plana de l'Om
CURES INVISIBLES, MEMÒRIES VIVES
Visita guiada a l'exposició artística "Intervinent l'oblit. Memòria domèstica i de cures" i taller de memòria per compartir vivències de dones grans vinculades a les tasques domèstiques i de cura, dinamitzat pel SIAD.
Gratuït amb inscripció prèvia
Organitza: Unitat de Feminismes i LGTBI de l'Ajuntament de Manresa

■ **Divendres 30 d'octubre**
A partir de les 10 h als jardins de la residència de la Font dels Capellans
BOTIFARRADA
Podeu comprar els tiquets a la recepció de la residència a partir de l'1 d'octubre.
Preu: 3 €
Organitza: Casal de la Gent Gran de la residència de la Font dels Capellans



Amb el suport de:



Amb la col·laboració de



PER MÉS INFORMACIÓ I INSCRIPCIONS:

Presencialment: Oficina d'Atenció a les Persones Grans (Mercat Puigmercadal) els dimarts de 15.30 a 18 h i dimecres i divendres de 9 a 14 h
www.manresa.cat/diainternacional
WhatsApp: 608 332 303
oficinapersonesgrans@ajmanresa.cat

Consulta aquí el programa complet



1 d'octubre de 2026 DIA INTERNACIONAL DE LES PERSONES GRANS

VISIBLES

ESCOLTADES

RESPECTADES

1 d'octubre de 2026

DIA INTERNACIONAL DE LES PERSONES GRANS

■ **Dimecres 30 de setembre**
18 h a la Sala Gran del teatre Kursaal
OBRA DE TEATRE “ELS BOJOS DEL BISTURÍ”
Preu: 6 € per a majors de 65 anys a les taquilles o a kursaal.cat
Organitza: MEES i El Galliner

■ **Dijous 1 d'octubre**
A les 11 h a la plaça Major, 5
PENJADA DE PANCARTA I LECTURA DEL MANIFEST
Organitza: Consell Municipal de les Persones Grans

19 h al Saló de Sessions de l'Ajuntament
ACTE INSTITUCIONAL
Ponència “Demència: mites, realitat i esperança”, a càrrec del doctor **Jordi Aligué Capsada**, metge internista del servei de geriatria d'Althaia i professor de la facultat de medicina de la UVic-UCC. Lliurament del 12è Premi del Consell de Municipal de les Persones Grans.
Organitza: Ajuntament de Manresa i Consell Municipal de les Persones Grans

■ **Divendres 2 d'octubre**
11 h a l'espai de degustació del Mercat Puigmercadal
MICROOBERT
“Moure's amb seguretat” a càrrec de **Toni Negro Garrido**. Píscolabis saludable
Entrada lliure i gratuïta sense inscripció.
Organitza: Consell Municipal de les Persones Grans

■ **Dissabte 3 d'octubre**
De 10 a 13 h i de 17 a 21 h a la plaça Sant Domènec
FESTA DEL DIA INTERNACIONAL DE LES PERSONES GRANS
De 10 h a 13 h i de 17 a 19 h
Fira d'entitats de Persones Grans
10.30 h Mostra del taller “Cançons de tots els temps”
11 h Taller “Activem la ment entre paraules i reptes” a càrrec de la Fundació Catalunya La Pedrera
12.30 h Exhibició de balls el línia
17.30 h Taller “Com m'afecta l'edatisme” a càrrec de **Víctor Prat**.
18 h Taller de ball sense parella
19.15 h La Coral de la USènior
19.30 h concert amb Ca la Naïta i amics Reinterpretació en clau femenina de la Nova Cançó, que reivindica el paper fonamental de les dones en aquest moviment. **Amb Berta Sala i Naiara Burke**.
Organitza: Ajuntament de Manresa i Consell Municipal de les Persones Grans

■ **Diumenge 4 d'octubre**
De 10 a 13 h a la plaça Sant Domènec
TROBADA DE PUNTAIRES I CARGOLADA
Amb actuació de Som Actius i ball Country
Activitat gratuïta, cargolada de pagament.
Organitza: AV Plaça Catalunya, AV Sagrada Família, AV Sant Pau i Associació de Puntaires de Manresa

■ **Dilluns 5 d'octubre**
De 10 a 12 h a l'espai de degustació del Mercat Puigmercadal
JOCs DE TAULA
Vine a aprendre a jugar a jocs de taula diferents!
Activitat gratuïta amb inscripció prèvia.
Organitza: Ajuntament de Manresa

LLIUERS

■ **Dimecres 7 d'octubre**
A les 10 h al parc de salut de davant del Cap de la Sagrada Família
DINAMITZACIÓ DEL PARC DE SALUT
A càrrec de **Míriam Font**, tècnica esportiva i fisioterapeuta. Aprèn a utilitzar els aparells i a fer els exercicis més efectius per mantenir una bona salut física.
Activitat gratuïta amb inscripció prèvia.
Organitza: Ajuntament de Manresa

■ **Dijous 8 d'octubre**
De 9.30 a 12.30 h. Punt d'inici amb esmorzar: jardinet del Pati del Casino
LES RUTES DEL CANVI. MANRESA EN OBRES: TRANSFORMACIÓ DE L'ÀREA CENTRAL DE MANRESA
Ruta per conèixer la transformació de diferents espais de la ciutat acompanyats pels regidors responsables. Farem una ruta passant per plaça Independència, el Refugi i l'Escola Renaixença i el carrer Guimerà.
Places limitades. Cal inscripció prèvia.
Organitza: Ajuntament de Manresa

18 h a l'Espai Gent Gran de l'Ateneu les Bases
CONFERÈNCIA: “COM VIURE MÉS I MILLOR: PREVENIM LA FRAGILITAT”
A càrrec de **Josep Carné i Assumpció González** vicepresidenta de la Federació d'Associacions de Gent Gran de Catalunya (FATEC).
Reflexionarem sobre els estils de vida per evitar la fragilitat posant en valor el paper de les associacions de persones grans com a agents de salut comunitària.
Activitat gratuïta sense inscripció.
Organitza: FATEC i Coordinadora de Jubilats i pensionistes de Manresa

■ **Divendres 9 d'octubre**
18.15 h a l'AV Sagrada Família
(carrer Penedès s/n)
PASSI DE LA PEL·LÍCULA “INTOCABLES”
Activitat lliure i gratuïta sense inscripció.
Organitza: AV Sagrada Família

■ **Dimarts 13 d'octubre**
10.30 h a l'AV Sagrada Família
(carrer Penedès s/n)
SEGON CONCURS DE MEMÒRIA PASSAPARAUULA I REPTES COGNITIUS
Activitat gratuïta sense inscripció prèvia.
Organitza: AV Sagrada Família

18 h al Centre Cultural del Casino
CONFERÈNCIA: CANVI CLIMÀTIC I VELLESA
La crisi climàtica és una de les amenaces més grans per a la humanitat i comporta riscos i impactes en la salut de les persones. En aquesta sessió es donaran a conèixer les implicacions del canvi climàtic en les persones d'edat més avançada.
Organitza: Col·legi de Metges de Barcelona, mitjançant la Secció de Metges Sèniors del Bages

■ **Dimecres 14 d'octubre**
De 9.30 a 12 h als habitatges amb serveis Manresa (plaça Major, 20)
TALLER: CREA LA TEVA PRÒPIA JOIA
A càrrec de **Neus Uró** (Uró Joiers).
Places limitades. Activitat gratuïta amb inscripció prèvia.
Organitza: Fundació Sant Andreu Salut

ESCOLTADES

VISIBLES

DIVERSES

RESPECTADES

■ **Dijous 15 d'octubre**
17 h l'Espai Manresa (c/Caritat, 14)
XERRADA “PREVENCIÓ EN SALUT COGNITIVA: EINES PER DIFERENCIAR UN ENVELLIMENT SALUDABLE D'UN DETERIORAMENT COGNITIU”
A càrrec de la psicòloga de l'espai Manresa on ens donarà eines per poder detectar aquell envelliment exitós i diferenciar-lo d'aquell envelliment patològic.
Activitat gratuïta. Inscripcions al 938744740 o 638612706 (trucada o Whatsapp).
Organitza: Fundació Catalunya La Pedrera

■ **Divendres 16 d'octubre**
Sortida Cultural a Barcelona
VISITES CULTURALS RELACIONADES AMB L'ANY D'ANTONI GAUDÍ
Preu: 20 € (amb dinar inclòs).
Cal inscripció i pagament previ abans del 6 d'octubre.
Organitza: Ajuntament de Manresa i AV Sagrada Família

19 h a la Llibreria Parcir (Guimerà 74)
PRESENTACIÓ DEL LLIBRE “FOTOGRAMES DE MEMÒRIA. DUES MARES, L'ALZHEIMER I EL CINEMA”
A càrrec de les autores **Montserrat Claveres i Perez i Mercè Lájara i García**.
Activitat lliure i gratuïta.
Organitza: AFABBS

Dissabte 17 d'octubre
10 h al Santuari de la Salut de Viladordis
ESCAPE CITY “VILADORDIS, LA MANRESA RURAL”
Activitat intergeneracional per reconèixer el valor del patrimoni rural del barri.
Descobreix-lo a través de les vivències de les persones grans que hi viuen.
Durada: 2,5 h.
Activitat gratuïta amb inscripció prèvia.
Organitza: AV Viladordis i Ajuntament de Manresa

■ **Dilluns 19 d'octubre**
De 10 a 12.30 h a l'espai de degustació del Mercat Puigmercadal
CREA EL TEU BOL DE CERÀMICA
Un taller en què les persones participants modelaran un bol amb tècnica de pessic i el decoraran amb engalbes.
A càrrec d'**Èter ceràmica**.
Activitat gratuïta amb inscripció prèvia.
Organitza: Ajuntament de Manresa

15.30 a l'Espai Manresa (Caritat, 14)
LA PREVENCIÓ DE LA NOSTRA MEMÒRIA: TALLER D'ESTIMULACIÓ COGNITIVA I PSICOEDUCACIÓ PER MANTENIR LA SALUT CEREBRAL I PREVENIR EL DETERIORAMENT COGNITIU
Activitat gratuïta. Inscripcions trucant a 938744740 o 638612706 (trucada o whatsapp).
Organitza: Espai Manresa. Fundació Catalunya La Pedrera

■ **Dimecres 21 d'octubre**
A les 10 h al parc de salut de sobre del Museu de l'Aigua i el tèxtil
DINAMITZACIÓ DEL PARC DE SALUT
A càrrec de **Míriam Font**, tècnica esportiva i fisioterapeuta.
Aprèn a utilitzar els aparells i a fer els exercicis més efectius per mantenir una bona salut física.
Activitat gratuïta amb inscripció prèvia.
Organitza: Ajuntament de Manresa