

# Ajuntament de Castellar del Vallès

## Actualitat

Imatge del Mes temàtic d'enguany  
Imatge del Mes temàtic d'enguany

### **El maig serà a Castellar el Mes temàtic de la Salut i l'Alimentació**

Dilluns 29 d'abril de 2013

**Programes** | [Mes temàtic: Salut i Alimentació](#)

### **El Mirador ha organitzat la majoria de les activitats programades, amb la participació d'un gran nombre de col·laboradors**

Una trentena d'activitats que tindran lloc a diferents espais del municipi entre el 6 i el 31 de maig conformen la programació del Mes temàtic de la Salut i l'Alimentació, organitzat per El Mirador amb la participació d'un gran nombre de col·laboradors.

Les propostes, que s'adrecen a tot tipus de públic, inclouen des de xerrades, fins a activitats esportives, passant per tallers i jocs que tindran lloc durant les properes quatre setmanes.

A més de les activitats puntuals, al llarg de tot el mes es podran visitar tres exposicions, dues a l'Espai Sales d'El Mirador i una tercera que s'ubicarà al Mercat Municipal. Així, del 6 al 31 de maig, El Mirador acollirà les mostres "Varietats locals d'horta 2013", a càrrec de Les Refardes, i "Del sòl a taula", una proposta del treball de síntesi dels alumnes de 3r d'ESO de l'escola La Immaculada, que es podran visitar de dilluns a divendres, de 10 a 20 hores. L'exposició del Mercat, que s'instal·larà del 13 al 21 de maig i romandrà oberta de dilluns a dissabte, de 9 a 21 hores, està organitzada per l'Oficina Municipal d'Informació al Consumidor (OMIC), i tractarà sobre qüestions relacionades amb l'etiquetatge i el consum.

### **Concurs de fotografia "Fototemàtica 2013"**

La programació del Mes temàtic també inclou un concurs de fotografia obert a tothom que té com a única categoria l'alimentació saludable. Les persones que hi vulguin participar podran presentar un màxim de dues fotografies originals, que no hagin estat premiades amb anterioritat.

Les imatges hauran de tenir una mida de 13x18 cm. o 20x30 cm, i s'hauran de presentar sobre una cartolina prima de color negre de 25x35 cm, al dors de la qual caldrà anotar el títol de la fotografia i les dades personals de l'autor.

El jurat valorarà l'originalitat, la qualitat fotogràfica i la capacitat que les imatges tinguin a l'hora d'evocar específicament l'alimentació saludable. Es concediran tres primers premis, consistents en farcells de productes ecològics valorats, respectivament, en 75, 50 i 25 euros, i fins a tres accessits. A més, tots els

participants rebran un diploma.

Les fotografies es podran presentar a El Mirador entre el 6 i el 31 de maig, mentre que el lliurament de premis tindrà lloc a l'Espai Sales d'El Mirador el dimecres dia 12 de juny, a les 19.30 hores. Totes les imatges rebudes s'exposaran al mateix espai fins al dia 30 de juny.

## **Programa d'actes del Mes temàtic sobre Salut i Alimentació**

### **Activitats del 6 al 12 de maig**

#### **Dilluns 6 de maig**

17 h – Ludoteca Municipal Les 3 Moreres

#### **Taller infantil de plantar llavors**

Adreçat a infants de 3 a 12 anys que vagin acompanyats d'una persona adulta

#### **Dimarts 7 de maig**

19.30 h - Sala d'Actes d'El Mirador

#### **Com aconseguir l'autonomia alimentària en agricultura ecològica**

A càrrec de Santi Soto, assessor d'agricultura ecològica

#### **Dimecres 8 de maig**

09.30 h – sortida des de la porta del CAP

#### **Camina i fes salut**

Organització: Ajuntament i Àrea Bàsica de Salut

17.30 h - Ludoteca Municipal Les 3 Moreres

#### **Cinema infantil: *Charlie i la fàbrica de xocolata***

#### **Dijous 9 de maig**

09.00 h – sortida des de la pl. del Mercat

#### **Vine i Camina +60**

De Sant Vicenç de Jonqueres a Castellar del Vallès pel torrent de Colobriers

Inscripció prèvia a la Regidoria de Gent Gran (6 i 7 de maig, de 10 a 12 h)

19.00 h – Sala d'Actes d'El Mirador

#### **Introducció al món de les plantes medicinals**

A càrrec de Núria Ferrando, titulada en fitoteràpia i herboristeria pel Gremi d'Herbolaris i Dietètica de Catalunya

#### **Dissabte 11 de maig**

09.30 h – font de la pl. Major

#### **Les plantes medicinals de les Feixes de Canyelles**

Sortida a peu d'uns 25 min. de durada, a càrrec de Núria Ferrando, Ferran Planchart i Xavi Ruano

11.30 h – Cal Botafoc

#### **Contes infantils: “Contes a l'hortet”**

A càrrec de Marina Antúnez

Diumenge 12 de maig

De 7.15 a 8.45 h – sortida des del vestíbul de l'Auditori

**XXVI Caminada Popular**

Col·laboradors: Santi Soto, Núria Ferrando, Marina Antúnez, Les Feixes de Canyelles i Ludoteca Municipal Les 3 Moreres

Activitats del 13 al 19 de maig

Dilluns 13 de maig

18 h – Sala Xavier Caba d'El Mirador

**L'hortet al balcó. Horts urbans I**

Places limitades. Es recomana inscripció a El Mirador

A càrrec de Marina Antúnez

Dimarts 14 de maig

17.30 h – Taller 4 d'El Mirador

**Taller de còctels sense alcohol**

Places limitades. Es recomana inscripció a l'Espai Jove

19 h – Sala d'Actes d'El Mirador

**Xerrada: "Propietats dels productes del rusc I"**

A càrrec de Samuel Ramal, de l'Associació d'Apicultors de Barcelona

Dimecres 15 de maig

9.30 h – Sortida des de la porta del CAP

**Camina i fes salut (presentació d'un nou circuit)**

Organització: Ajuntament i Àrea Bàsica de Salut

19 h – Sala d'Actes d'El Mirador

**Documental: *El plat o la vida***

Presentació prèvia i fòrum posterior a càrrec de Nani Moré, directora i protagonista

Dijous 16 de maig

17.30 h – Taller 4 d'El Mirador

**Decoració de cupcakes**

Places limitades. Es recomana inscripció a l'Espai Jove

21 h – Sala Lluís Valls Areny d'El Mirador

**Escola de Pares i Mares: "Prevenció dels trastorns alimentaris: un repte per a tothom"**

A càrrec de la Fundació Imatge i Autoestima

Organització: Ajuntament i PEC

Divendres 17 de maig

19 h – Sala Lluís Valls Areny d'El Mirador

**Xerrada: “Fórmules ecològiques per millorar la cura de les teves plantes**

A càrrec d'Eva Díaz

Col·laboradors: Nani Moré, Marina Antúnez, Eva Díaz, Associació d'Apicultors de Barcelona i Eva Díaz

**Activitats del 20 al 26 de maig**

Dilluns 20 de maig

18 h – Sala Xavier Caba d'El Mirador

**L'hortet al balcó. Horts urbans II**

Places limitades. Es recomana inscripció a El Mirador

A càrrec de Marina Antúnez

Dimarts 21 de maig

19 h – Sala d'Actes d'El Mirador

**Xerrada: “Propietats dels productes del rusc II”**

A càrrec de Samuel Ramal, de l'Associació d'Apicultors de Barcelona

21 h – Ràdio Castellar (emissió en directe per la 90.1 FM)

**Trivial sobre prevenció**

A càrrec de l'Espai Jove

Dimecres 22 de maig

9.30 h – Sortida des de la porta del CAP

**Camina i fes salut**

Organització: Ajuntament i Àrea Bàsica de Salut

19 h – Sala d'Actes d'El Mirador

**Cinema jove: *Después de Lucía***

Dijous 23 de maig

19 h – Sala d'Actes d'El Mirador

**Xerrada: “Alimentació natural per prevenir i plantes per curar”**

A càrrec de Jordi Pedrós, de l'Associació Dolça Revolució

Col·laboradors: Jordi Pedrós (Dolça Revolució), Marina Antúnez, Associació d'Apicultors de Barcelona i Espai Jove

**Activitats del 27 de maig a l'1 de juny**

Dilluns 27 de maig

19 h – Taller 4 d'El Mirador

**L'Hort al rebost. Conserves dolces i salades**

Places limitades. Es recomana inscripció a El Mirador

A càrrec de Marina Antúnez

## Dimarts 28 de maig

19 h – Taller 2 d'El Mirador

### **Curs de bodegó creatiu**

Places limitades. Es recomana inscripció a El Mirador

A càrrec de Miquel Bosch

19.30 h – Sala d'Actes d'El Mirador

### **Ous ecològics**

A càrrec de la Granja La Roca

## Dimecres 29 de maig

9.30 h – Sortida des de la porta del CAP

### **Camina i fes salut (presentació d'un nou circuit)**

Organització: Ajuntament i Àrea Bàsica de Salut

19 h – Sala d'Actes d'El Mirador

### **“Saps el que menges?”**

A càrrec del Centre d'Atenció Primària

## Dijous 30 de maig

17 h – Sala Lluís Valls Areny d'El Mirador

### **Salut mental i hàbits alimentaris**

A càrrec de Suport Castellar i Natàlia Artigas Graells

## Divendres 31 de maig

19 h – Taller 2 d'El Mirador

### **Curs de bodegó creatiu**

Places limitades. Es recomana inscripció a El Mirador

A càrrec de Miquel Bosch

## Dissabte 1 de juny

De 9 a 13.30 h – C. Sala Boadella

### **Mercat al carrer**

Col·laboradors: Miquel Bosch, Marina Antúnez, Granja La Roca, Cooperatives Economat, Naps i Cols i El Farcell, Les Refardes, Can Casamada, Can Bogunyà, Associació d'Apicultors de Barcelona, Can Mariner, El Sabater Vell, Agrosans, Forn de Can Santpere, CAP, Suport Castellar, OMIC i Escola La Immaculada

- [El Mirador](#)  
Pl. d'El Mirador, s/n