



# MAIG MES DE LA SALUT DE LES DONES

## Dissabte 4 de maig

19.30 h

Espai Infantil La Peixera

**Taller de Risoteràpia + sopar per compartir  
Vine, riu, comparteix i diu adéu a l'estrès**

A càrrec de Maribel Balades

Per a més informació i inscripcions:

620608284 (matins)

650850231 (tardes)

adim.dones@hotmail.com

Organitza: ADIM

## Diumenge 12 maig

**Caminada en commemoració del Dia mundial de la Fibromiàlgia i síndrome de fatiga crònica**

17.00h Plaça de l'Ajuntament

**Concentració i caminada fins a la Plaça Pau Picasso.**

**Plaça Pau Picasso**

17.30

**Lectura del manifest**

17.45

**Demostració de loga a càrrec de Mercedes Campos i membres d'Afibromon**

18.30 h

**Mostra de dansa a càrrec d'estudi de dansa Maestre i de la companyia Monmae**

Durant tota la tarda es portarà a terme una campanya solidària de recollida d'aliments per Càritas de Montornès.

Organitza: Afibromon

## Dimecres 15 de maig

18 h Sala d'actes de la Biblioteca

**Taller de Manualitats**

Places limitades. Inscripcions a la Biblioteca

Organitza: Afibromon

## Dijous 16 de maig

18 h

Sala d'actes de la Biblioteca

**Taller de Risoteràpia**

Places limitades. Inscripcions a la Biblioteca

Organitza: Afibromon

**Divendres 17 de maig**

Sortida a les 9.30 h davant de la porta de l'Ajuntament

**Caminada i visita guiada al jaciment "Mons Observans" (Parc Arqueològic i Natural de Can Tacó - Turó d'en Roina)**

**Adreçada a la gent gran**

Organitza: Gent Gran i Cultura

18 h

Sala d'actes de la Biblioteca

**Taller de loga**

Places limitades. Inscripcions a la Biblioteca

Organitza: Afibromon

**Divendres 24 de maig**

Sala d'actes de l'Ajuntament

10 h

**Xerrada sobre la llei de la dependència**

A càrrec de Salomé de les Morenes, referent Comunitària de la Dependència Comarca del Vallès Oriental  
Cal confirmar l'assistència.

Trucar al 935721170 ext. 3

Organitza: Benestar social

## TALLERS

**L'autoestima. Fes-te un regal, cuida't**

Dimecres 8, 15 i 22 de maig

Casal de la Gent Gran Centre

Adreçat a gent gran

Inscripcions i informació: Casal de la Gent Gran

Places limitades

Organitza: Diputació de Barcelona i Gent Gran

**Dimarts 28 de maig**

**DIA INTERNACIONAL D'ACCIÓ PER LA SALUT DE LES DONES.**

19 h

Sala d'actes Ajuntament

**Com ens preparem i vivim la menopausa?**

A càrrec de la llevadora Encarna Gascón

Organitza: Polítiques d'Igualtat i Salut Pública.

**ALTRES ACTIVITATS**

**Divendres 10 de maig**

**Dilluns 13 de maig**

8.30h

Centre d'Atenció Primària de Montornès del Vallès. Punt de difusió informatiu sobre la fibromiàlgia i fatiga crònica a càrrec d'Afibromon

**L'autocura, tant en l'àmbit físic com emocional. 1,2,3...relaxa't**

Dimarts, 14, 21 i 28 de maig

Casal de la Gent Gran Nord

Adreçat a gent gran

Inscripcions i informació: Casal de la Gent Gran

Places limitades

Organitza: Diputació de Barcelona i Gent Gran

Organitza:



Ajuntament de  
Montornès del Vallès



Col·labora:



Amb el suport



Diputació  
Barcelona