



Manresa, C/ Circumval·lació, 60 - Tel. 930005572 - e.mail: aviureiconviure@gmail.com - web: www.aggviureiconviure.cat

gener 2026

INFORMATIU 100

ANY NOU, VIDA NOVA

Comencem un nou any amb l'alegria de retrobar-nos i amb les ganes de continuar compartint activitats que ens mantenen actius, connectats i amb il·lusió. Cada gener ens recorda que sempre hi ha espai per començar de nou, per cuidar-nos i per seguir aprenent plegats.

Aquest trimestre reprenem les activitats d'idiomes, gimnàstica, ioga, arts aplicades i altres propostes que formen part del nostre dia a dia com a comunitat. Són espais pensats per gaudir, per mantenir-nos en forma i per continuar alimentant la curiositat i les ganes de participar.

Us animem a sumar-vos-hi, a provar alguna activitat nova o a tornar a allò que us fa sentir bé. La força de la nostra Associació sou vosaltres, les persones que en formeu part i que doneu vida a cada trobada.

Que aquest 2026 ens porti salut, serenor i molts moments compartits. Gràcies per continuar fent camí amb nosaltres.

ASSEMBLEA GENERAL ORDINÀRIA

Es convoca als socis de l'Associació de gent gran Viure i Conviure, a l'Assemblea General ordinària de socis que tindrà lloc al Casal Cívic i Comunitari Manresa-El Castell el proper dia **22 de gener a les 5 de la tarda**

Pròximament s'anunciarà l'Ordre del dia

ELECCIONS A LA JUNTA DIRECTIVA

La junta de l'Associació de gent gran Viure i Conviure informa que finalitza el termini dels dos anys d'exercici dels càrrecs de la junta i tal com indiquen els Estatuts vigents, cal procedir a convocar Eleccions a la Junta Directiva.

Solament els socis de l'Associació Viure i Conviure tenen dret a presentar-se i ho han de fer integrats en una candidatura. Cada candidatura, haurà d'estar integrada en llista tancada per un mínim de 5 persones.

Per aquest motiu, del 12 al 26 de gener ambdós inclosos, quedarà obert el termini per a la presentació de candidatures que es lliuraran al despatx de la l'Associació.

En l'Assemblea Extraordinària de Socis que es celebrarà el dia **19 de febrer a les 5 de la tarda** s'elegirà la candidatura més votada

I'agenda

Dimecres 14, a les 5 de la tarda

CONFERÈNCIA - Medicina i Salut

SÍNDROME D'APNEA OBSTRUCTIVA DEL SON

Els objectius principals d'aquesta xerrada serien: explicar que és la síndrome obstructiva del son, enumerar quines són les persones amb més risc de presentar-la, aclarir quines conseqüències pot comportar per a la salut a curt i a llarg termini i informar sobre les diverses alternatives terapèutiques disponibles.

En parlarem amb la doctora **Raquel Tomàs Tutusaus**, metgessa de família.

Dimecres 21, a les 5 de la tarda

CONFERÈNCIA

BITLLET DE CINC-CENTES PESSETES DE VERDAGUER I JOAN AMILS

Joan Vilamala, verdaguerista manresà i fill de Folgueroles, ens parlarà de l'edició del BITLLET DE CINC-CENTES PESSETES DE VERDAGUER I JOAN AMILS, un franc tirador i divulgador de Ripoll que va dur a terme, en temps difícils (1973), iniciatives com ara l'edició del bitllet de 500 pessetes per part del Banc d'Espanya i l'emissió d'un segell (1977), amb la popular estampa de Mn. Cinto amb barretina.



Joan Vilamala Terricabras, és compositor, historiador, verdaguerista i escriptor de cançons, versos i auques. Va ser cofundador del grup Esquirols. Llicenciat en filologia catalana, ha exercit com a professor de

Dimecres 28, a les 5 de la tarda

CONFERÈNCIA

TRANSICIÓ ENERGÈTICA: EL DESLLORIGADOR EN LA LLUITA CONTRA EL CANVI CLIMÀTIC

La crisi climàtica a la que la espècie humana s'enfronta és un dels reptes socials, econòmics, científics i mediambientals més exigents de la humanitat pel segle XXI. Aquest repte comporta portar a terme una transició energètica global cap a una activitat humana lliure de la generació de gasos generadors d'efecte hivernacle. En aquesta presentació s'exposaran les idees científiques més rellevants per aconseguir la descarbonització, així com les dificultats materials i geoestratègiques per aconseguir aturar, primer, i revertir, després, la crisi climàtica. Per acabar, ens referirem a com es manifesta el repte global de la transició energètica en el cas de Catalunya.



La conferència anirà a càrrec del Dr. **Xavier Obradors i Berenguer**, Llicenciat en Física i Doctor en Física i en Ciència de Materials per la Universitat de Barcelona i de Grenoble. Professor d'Investigació del CSIC,

Dit i fet...



Dinar de germanor del 21 de desembre: una trobada entranyable que va reunir més d'un centenar de persones al Casal C.C. Manresa-El Castell. Després de compartir taula i conversa, la festa va continuar amb ball i un ambient alegre que va omplir la sala. La jornada es va tancar amb el sorteig d'una cistella de Nadal, que va posar el punt final a un dia ple de companyonia i bons moments.



Concert de Nadales a càrrec de la Coral Harmonia i **cantada d'havaneres** a càrrec del grup MAR I CEL celebrat el dia 3 de gener amb un gran èxit de públic. La direcció de la Coral Harmonia i del grup Mar i Terra i els acompanyaments al piano van anar a càrrec de Myriam Diez i de Montserrat Casas respectivament. Acabat el concert, es va repartir xocolata desfeta i coca a tots els assistents.

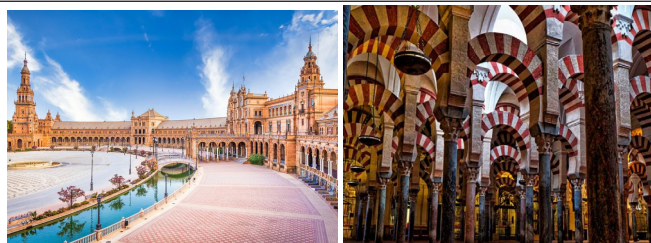
Hem de veure món...

Demaneu informació a la Secció de viatges o a la nostra pàgina web www.aggviureiconviure.cat

Us presentem a continuació els viatges que tenim programats per el proper semestre.

SEVILLA-CÓRDOBA (amb AVE) **DEL 13 AL 17 DE MARÇ**

Parc Nacional de Doñana en 4x4, El Rocio, Sevilla monumental, ruta dels Pobles blancs, Cordoba casc antic, visita a la Mezquita



HOLANDA DEL 15 AL 20 D'ABRIL.

Descobreix la màgia de les tulipes i els paisatges holandesos. Amsterdam, passeig en vaixell pels canals de la ciutat, parc de tulipes de Keukenhof, Utrecht, Rotterdam, Giethoorn, gran Dic Afsluitdijk, La Haya ...



CANTABRIA, COVADONGA I PICS D'EUROPA DEL 25 AL 30 D'ABRIL.

Santander, Santillana del mar, Pics d'Europa, Covadonga, Comillas, San Vicente de la Barquera, Santoña...



ELS BALCANS.- BÒSNIA I HERCEGOVINA, SÈRVIA I CROÀCIA DEL 6 AL 12 DE MAIG

DUBROVNIK - MÓSTAR- SARAJEVO I BELGRAD



CHICAGO - NEW ORLEANS & TEXAS

La ruta del jazz i l'arquitectura
DEL 2 AL 12 DE JUNY

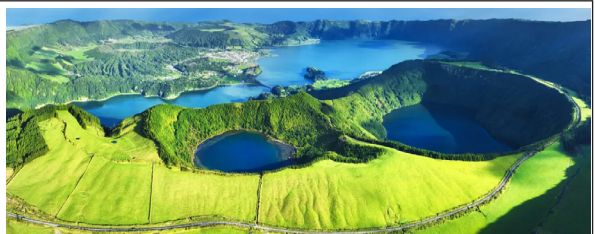
Dallas, Houston, La NASA, New Orleans, Chicago, navegació pel Mississipi amb vaixell tradicional de vapor, concert de jazz, plantació de cotó, albiment de cocodrils...



LES ILLES AZORES DEL 7 AL 12 DE JUNY

Una maravella !!!

Ponte Delgada, Furnas, Vilafranca do campo, Sete Cidades, Ruta dels miradors, Lagoa do Fogo & Caldeira Velha, albiment de balenes...



COSTA OEST DE CANADÀ + Opcional a ALASKA SORTIDA 2 AGOST VANCOUVER, PARCS NACIONALS, CREUER RUMB ALASKA, JUNEAU, SKAGWAY...

PERÚ DEL 6 AL 19 D'OCTUBRE LIMA, AREQUIPA, ILLES FLOTANTS DELS UROS, CUSCO, LA RUTA DEL SOL, CHINCHERO, VALLE SAGRADO -MACHU PICHU ...

