



**Associació de Gent Gran
Viure i Conviure**

Activitats i recursos per a la gent gran

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

març 2026

INFORMATIU 102

MARÇ MARÇOT, MATA LA VELLA A LA VORA DEL FOC, I LA JOVE, SI POT

El mes de març sempre ens sorprèn. Dies que semblen de primavera, d'altres que ens recorden que l'hivern encara no ha marxat del tot. És un mes de transició, de moviment, de canvis que anuncien que alguna cosa nova està a punt de començar. I potser per això és un bon moment per mirar-nos com a comunitat i preguntar-nos cap on volem anar i amb qui volem fer camí.

A la nostra Associació, cada pas que fem és possible gràcies a persones que decideixen regalar una mica del seu temps, de la seva energia i del seu entusiasme. El voluntariat és, en el fons, un acte de generositat: és posar-se al servei dels altres sense esperar res a canvi, més enllà de la satisfacció de saber que allò que fem té sentit i transforma realitats.

Necessitem persones que vulguin col·laborar, aprendre i sentir-se part d'un projecte compartit.

El voluntariat no és només ajudar; és també rebre. És descobrir que, quan ens impliquem, també ens transformem.

VOLS FORMAR PART DEL NOSTRE EQUIP?

Si t'hi vols acostar, si tens curiositat o simplement vols saber com pots ajudar, vine i en parlem. T'esperem !

RENOVACIÓ DE LA JUNTA DIRECTIVA

El dia 19 de febrer es va celebrar l'Assemblea Extraordinària de Socis de la nostra Associació. Durant la sessió es va presentar l'única candidatura registrada, formada per *Maria Angels Franch, Maria Lluïsa Garcia, Lluís Garcia, M. Antònia Gros, Josefina Huguet, Josep R. Mora, Carme Noguera, Antoni Rebordosa, Josep Maria Sarri, Conxita Segura i Pere Serra*.

La candidatura va ser exposada als assistents i sotmesa a votació i ratificació, d'acord amb el que estableixen els nostres estatuts. El resultat va ser unànime: va quedar aprovada per tots els socis presents.

Un cop finalitzada l'Assemblea, els membres de la nova Junta es van reunir per distribuir els càrrecs corresponents. La composició resultant és la següent:

- President: Josep Maria Sarri Cots
- Vicepresidenta: Josefina Huguet Aymà
- Secretària: Maria Lluïsa Garcia Gutierrez
- Tresorera: Maria Àngel Franch Claret
- Vocals: *Maria Antònia Gros, Lluís Garcia Lluís, Josep R. Mora, Carme Noguera, Antoni Rebordosa, Conxita Segura i Pere Serra*.

Amb aquesta distribució de funcions, la Junta queda formalment constituïda i inicia el seu mandat amb el compromís de continuar treballant al servei de l'Associació i de tots els seus socis.

SORTIDA A L'AUDITORI

Concert: LA GRAN DE SCHUBERT

Repertori:

W. A. Mozart: Simfonia n. 35 en Re "Haffner", K. 385 (1782) 22'

Felix Mendelssohn: Concert per a violí en mi m, op. 64 (1844) 27'

Franz Schubert: Simfonia n. 9 en Do "La Gran", D. 944 (1826) 32'

Sergei Dogadin, violí, Juanjo Mena, direcció

Orquestra Simfònica de Barcelona i Nacional de Catalunya (OBC)

DIUMENGE DIA 22 a le 9 del matí

PREU 25 € (Autocar + Entrada)

ACTIVITATS I CURSOS DE L'ASSOCIACIÓ VIURE I CONVIURE

QUIN ÉS EL CALENDARI FINS A FINAL DE CURS?:

- Les activitats del trimestre actual finalitzen el dia 27 de març.
- Les vacances de setmana santa van del 28 de març al 6 d'abril.
- Les activitats del proper trimestre s'inicien el 7 d'abril i finalitzen el 19 de juny.

ENS HEM DE TORNAR A INSCRIURE PEL PROPER TRIMESTRE?:

- Si volem **seguir** fent l'activitat: **no cal tornar a inscriure's**.
- Si ens volem **donar de baixa**: cal **anar presencialment** a les oficines de l'Associació, al 3r pis, de dilluns a divendres, de 10 a 13h, i complimentar el **document de petició de baixa**.

I SI ENS VOLEM APUNTAR A ALGUNA ACTIVITAT?:

- La **sol·licitud d'inscripció** a les activitats de l'Associació es pot fer en qualsevol moment, amb ordinador o amb mòbil, a través del formulari d'inscripció que trobarem a la web <https://aggviureiconviure.cat/> anant a la pestanya "Activitats".
- Amb el mòbil podem anar-hi directament capturant el codi QR.
- **És molt fàcil fer-ho**: tant des d'ordinador o des de mòbil, només cal senyalar les activitats on ens voldríem inscriure i introduir les dades personals i el número de soci de l'Associació.
- Un cop fet, **quedarem en llista d'espera**. En cas que hi hagi vacant s'informarà personalment.



QUANT COSTA I COM ES PAGA?:

- El **preu** de cada activitat per aquest trimestre pot variar respecte del preu del trimestre anterior, i està indicat en el mateix formulari d'inscripció.
- Quan es faci alguna activitat, independentment del nombre que se'n facin, caldrà satisfer, també, una **quota de soci actiu** de 10€ pel trimestre.
- Els cobraments del preu i la quota de soci actiu es faran per **domiciliació bancària**.
- Si ja s'ha fet la domiciliació bancària, en cas de baixa de l'activitat **no es tornen els diners**.

L'agenda

Dimecres 4, a les 5 de la tarda

CONFERÈNCIA

L'EXILI DE LA MONTSERRAT PLANAS. L'AVENTURA A L'URSS DE LA PRIMERA REGIDORA MANRESANA I EL RETORN AMB LA SEVA FILLA A L'ESPANYA FRANQUISTA.

Les peripècies de dues manresanes exiliades a l'URSS Montserrat Planas i Dolors Martínez

Explicarem les peripècies viscudes en diferents contextos: La Guerra Civil, el pas per Argelès, l'acollida a l'URSS, la vida a l'URSS durant la II Guerra Mundial i el govern de Stalin, el retorn i la integració a la Manresa en ple franquisme.

A càrrec de **JAUME ESQUIUS JOFRÉ**. Mestre especialitzat en Ciències Socials i Llicenciat en Filosofia i Lletres



Dimecres 11, a les 5 de la tarda

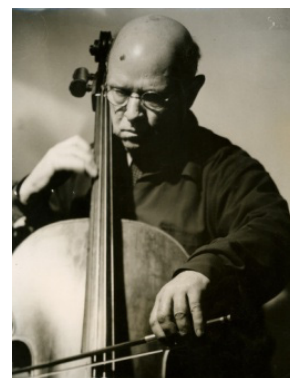
CONFERÈNCIA

EL PAU CASALS MÉS DESCONEGUT

150 anys del seu naixement

Es un recorregut pendent per la trajectòria artística d'un dels músics catalans més universals. Deixant de banda el vessant cívic i la seva militància per la pau, centrarem l'atenció en el violoncellista, director i compositor que va revolucionar la interpretació de Bach i va situar el violoncel al centre de l'escena internacional. També destacarem les seves aportacions com a director i compositor que l'erigeixen en una de les grans figures musicals de la història de la música del segle XX.

Presenta: **Oriol Pérez Triviño**. Musicòleg



Dimecres 18, a les 5 de la tarda

CONFERÈNCIA

LA INTELLIGÈNCIA ARTIFICIAL I EL PERIODISME VIST DES DE REGIÓ 7

A càrrec de **Josep Lluís Micó**, periodista, Director de Regió 7

Dimarts 24, a les 8:00 del matí

SORTIDA CULTURAL

CONJUNT MONUMENTAL DE ST. MARTÍ SARROCA I TRADICIONAL XATONADA A SITGES

Sortida del punt d'origen direcció Santa Margarida i els Monjos. El Conjunt Monumental de Sa Roca el formen el Castell de Sant Martí Sarroca, un castell del segle X, conjuntament amb l'església de Santa Maria, un dels edificis del segon romànic amb una decoració escultòrica més rica de tot Catalunya, situats al cim del turó de Sa Roca. La visita guiada al Conjunt Monumental de Sa Roca, és un recorregut que inclou el castell, el museu, la cisterna del castell i l'església. Finalitzada la visita, ens traslladarem a Sitges, al restaurant "La Nansa" on realitzarem el tradicional dinar de Xatonada. A la tarda, després de dinar, **visitarem el Museu del Cau Ferrat**. L'edifici, declarat bé cultural d'interès nacional, va ser la casa-taller de l'artista i escriptor Santiago Rusiñol, una de les figures destacades del Modernisme a Catalunya



Dimecres 25, a les 5 de la tarda

CONFERÈNCIA - Medicina i Salut

LES ALLÈRGIES: sabeu què passa quan tenim una reacció al·lèrgica ?

L'objectiu serà explicar què és una al·lèrgia, quins tipus d'al·lèrgies hi ha, per quina raó apareixen, quins mecanismes biològics es posen en marxa quan es produeix una reacció al·lèrgica, quines són les seves manifestacions clíniques més habituals i què podem fer per a evitar-les i tractar-les.

En parlarem amb la doctora **RAQUEL TOMÀS TUTUSAUS**. Metgessa especialista en Medicina Familiar i Comunitària.

Hem de veure món. . .

Podeu trobar informació detallada d'aquests viatges a la nostra pàgina web www.aggviureiconviure.cat o a la secció de viatges



Estades d'estiu a la platja

- | | |
|---------------------------|----------------------------|
| • CAMBRILS | Pendent dates |
| • PEÑÍSCOLA | DE L'1 AL 5 DE JUNY |
| • L'ESTARTIT | DEL 28 JUNY AL 3 DE JULIOL |
| • ST. CARLES DE LA RÀPITA | DEL 17 AL 22 SETEMBRE |

DEL 21 AL 24 DE JUNY

Estada d'estiu al Pallars Sobirà

SORT -LLESSUÍ -PARC NACIONAL D'AIGÜESTORTES I LLAC DE ST. MAURICI EN 4 X 4 - ESTERRI D'ÀNEU - GERRI DE LA SAL - VALL D'ÀNEU I EL CONGOST DE MONTREBEI.

CHAMONIX - ELS ALPS I L'ALTA SAVOIA DEL 21 AL 25 DE MAIG
Ginebra, passejada en vaixell pel llac Annecy, Palau de les Nacions Unides, Yvoire, Creuer pel llac Lemán, Chamonix, L'Aiguille du Midi amb telecabina, Gorges de Fier, ...

LES ILLES AZORES

DEL 7 AL 12 DE JUNY

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



ROMANIA: Els tresors de Transilvània

DEL 17 AL 22 DE JUNY

Bucarest, Sinaia, Busteni, Azuga, Brasov, Bran, Viscari, Sighisoara, Sibiu...

LES DOLOMITES - ELS ALPS ITALIANS

DEL 12 AL 16 DE JULIOL

Alleghe - Llac Carezza - Bolzano - Soprabolzano - Sass Pardo (la terrassa de les Dolomites)- Canazei - St. Ulrich - Cortina d'Ampezzo - lago de Braies - Padua. Funicular Bolzano, tren cremallera de Soprabolzano, Funicular a la tessasa Dolomites



Xina imperial

DEL 30 D'OCTUBRE AL 7 DE NOVEMBRE

Espectacular !! oferta especial tot inclòs. Hotels 5*

vegeu informació a la nostra pàgina web www.aggviureiconviure.cat o la secció de viatges

Continuen vigents els viatges a **COSTA OEST DEL CANADÀ-ALASKA**(agost) el **TIBET** (setembre) i **PERÚ** (octubre)