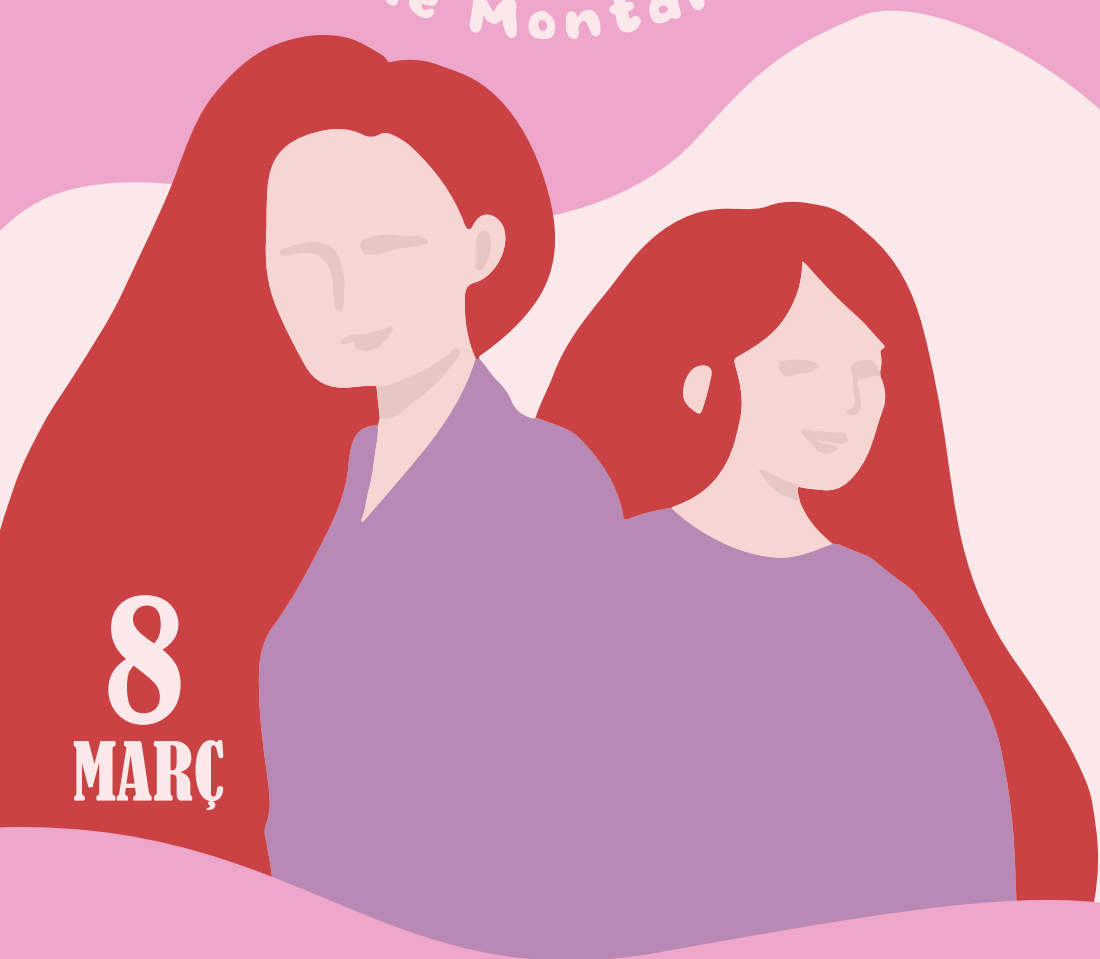


# SANT VICENÇ DONA 2024 DIA INTERNACIONAL DE LA DONA



Sant Vicenç  
de Montalt



8  
MARÇ



Ajuntament  
de Sant Vicenç de Montalt



Diputació  
Barcelona

# MARÇ

## DILLUNS 4

9.30h - 12.00h

**VINE A PASSEJAR AMB NOSALTRES!**

Recorregut circular.

Sortida de l'Ajuntament, passejar pel passeig marítim i acabar amb un petit esmorzar.

Organitza la Regidoria d'Igualtat

Inscripcions al tel 695 080 746

10.30h - 11.45h

**CLASSES DE IOGA**

Portes obertes.

A càrrec de Cristina Fernández, professora de l'Associació de Gent Gran Els Xurravins.

Centre Cívic El Gorg.

Inscripcions al tel 695 080 746

*Treballeràs el cos i la ment amb exercicis físics, tècniques de respiració, meditació i relaxació. Aconseguiràs millorar la flexibilitat, tonificaràs i adquiriràs més resistència en el cos i ment.*

19.30h - 20.30h

**PRESENTACIÓ DE L'EXPOSICIÓ**

“Visc i torno a viure” de Montserrat Abelló.

Biblioteca la Muntala.

EXPOSICIÓ del 4 de març al 2 d'abril

*Aquesta exposició ha estat produïda per la Institució de les Lletres Catalanes, amb la col·laboració de l'Institut Català de les Dones, en el marc de la commemoració del centenari del naixement de Montserrat Abelló i Soler (Tarragona, 1918 - Barcelona, 2014). Aquesta exposició pretén fer un recorregut significatiu per la trajectòria vital i literària de la poeta i traductora.*

## DIMARTS 5

10.00h - 12.00h

**XERRADA “Empoderament femení:**

**un viatge profund a l'inímit poder de l'energia creadora, resiliència i intuitiva” a càrrec de Alejo Chaperó, coach.**

Centre Cívic El Gorg.

Inscripcions al tel 695 080 746

16.00h - 18.00h

**TALLER DE TEATRE SOCIAL PER ADULTS**

**a càrrec de l'Associació Impacta't.**

Centre Cívic El Gorg.

Inscripcions al tel 695 080 746

*El teatre social és un gènere de les arts escèniques que utilitza tècniques teatrals per a la visibilització, reflexió i resolució de conflictes socials. Impacta'T treballa des del 2003 en el camp del teatre social i de l'Oprimít i ha estat una de les primeres companyies que ha introduït aquestes disciplines a Catalunya i a Espanya. Duu a terme projectes de prevenció i intervenció a tot Catalunya per mitjà del teatre social.*

## DIMECRES 6

10.00h - 12.00h

**GRUP DE TROBADA I INTERCANVI**

**D'EXPERIÈNCIES PER A DONES DE + 50 ANYS**

**“El teu espai de confiança i sororitat”**

A càrrec Senior Place, Associació per un envelliment actiu i saludable.

Centre Cívic El Gorg.

Inscripcions al tel 695 080 746

*Es tracta d'un espai de trobada per a dones que vulguin compartir experiències juntes, sentir-se segures i en confiança, s'acompanyin les unes a les altres i que expressin lliurement les seves idees i inquietuds*

## DIJOUS 7

10.00h-16.30h

**I JORNADA DE LA DONA EMPRENEDORA**

**a càrrec de Mujeres around the world**

Casal de cultura.



Inscripcions fins el 4 de març al QR.

10.00h **Benvinguda i presentació jornada**

10.30h **TALLER DE MENTORIA “Encerts i errors a les finances”**

11.30h **TALLER DE MENTORIA “Marketing digital en 2024, xarxes socials i posicionament”**

12.30h **TAULA RODONA “Claus per un emprenedoria femenina”**

Tot seguit **DINAR networking**

16.00h **Tancament de la jornada**

Format per dones locals que estan vivint al Maresme i que s'organitzen per compartir l'interès en les activitats socials i empresarials. Jornada per congregar i potenciar a les dones emprenedores de les 3 viles. És una oportunitat per conèixer altres emprenedores, generar sinèrgies i connectar per futures col·laboracions o treballs conjunts.

# DIJOUS 7

17.30h - 19.00h

## TALLER DE DANSA LLIURE

a càrrec de Mercè Bracons, professora de dansa lliure Malkowsky. Dansa natural.

Centre Cívic El Gorg.

Inscripcions al tel 695 080 746

*La dansa lliure Malkowsky es basa en la recerca del moviment humà natural com una unitat indivisible entre la part mental, emocional i física a través de l'escolta musical. El seu objectiu principal és l'alliberació de les tensions físiques per tal de trobar l'expressió autèntica de les emocions humanes.*

# DIA INTERNACIONAL DE LA DONA

# DIVENDRES 8

Difusió del vídeo commemoratiu amb la participació de dones del municipi

10.30h - 11.45h

## CLASSES DE IOGA

Portes obertes.

Associació Els Xurravins

Centre Cívic El Gorg.

Inscripcions al tel 695 080 746

15.15h - 16.15h

## CONTA CONTES

“Petit ningú més que l'altre”  
de Rosa Caramel

pels infants de

l'Escola Bressols Els Garrofers.

A càrrec de Raig de Contes.

17.00h

## TALLER DE TEATRE SOCIAL

PER INFANTS DE 10- 12 anys.

A càrrec de l'Associació Impacta't.

Centre Cívic El Gorg.

Inscripcions al tel 695 080 746

10.30h - 12.30h

## CAMPANYA SALUT JOVES

PUNT LILA

davant de l'Institut Esteve Albert.

amb la col·laboració de l'institut català

de la salut. ICS

17.30h - 19.30h

## TALLER AIKIDO PER A DONES.

A càrrec de l'Associació Aikido Senkikai SVM.

*Art marcial japonès que es centra en la defensa personal i la resolució pacífica dels conflictes, oferint nombrosos beneficis físics, mentals i socials. Les seves tècniques es fonamenten en l'aprofitament de la energia del moviment i l'habilitat en l'ús estratègic del cos com a força motora per a controlar i neutralitzar l'atac*

Centre Cívic El Gorg

Inscripcions al tel 695 080 746

# DISSABTE 9

10.00h - 12.00h

## TALLER AIKIDO PER A DONES

Associació Aikido Senkikai SVM.

Centre Cívic El Gorg.

Inscripcions al tel 695 080 746

19.30h - 21.00h

## MUSICAL Neixen EstrElles

Companyia Jerusalem, Casal de Joventut Seràfica.

Centre Cívic El Gorg.

Entrada lliure i gratuïta

*Una història de descobriment i alliberament a través de la dansa. Vides grises, rutinàries i sense emoció. Així són les vides d'ELLES, les protagonistes de "Neixen EstrELLES, una obra de teatre sense diàleg i de pura música que ens explica la història d'un grup de dones que busquen un espai per expressar-se. Al poble, l'arribada d'una acadèmia de dansa, marcarà un abans i un després a la vida d'aquestes dones. L'excèntrica professora Stella, una dona apassionada per la dansa, els hi ensenyarà a trobar la veu interior i a descobrir el seu veritable potencial. Una obra emotiva i plena de màgia que et farà sentir que tu també pots brillar.*



# DIUMENGE 10

# JORNADA COMMEMORATIVA 8M

## 9.30h - 11.00h

a l'Av Toni Sors (zona esportiva)

### CURSA SANT VICENÇ DONA PER ADULTS (5km)

Organitza l'Associació Excursionista Montaltrek.  
Recorregut circular

*Recorregut circular. Sortida zona esportiva (pàrking) c/ Torrent del Gorg. Pujarem cap a l'hotel Can Mora, arribarem als Pins d'en Pere, (avitualament) i baixarem passant pels Pins de l'Andreu, passant per Can Rocà i arribarem a la zona esportiva.*

### CURSA SANT VICENÇ DONA PER INFANTS (1km)

DE 4 A 7 ANYS

Organitza l'Associació Excursionista Montaltrek.  
Recorregut circular

*Recorregut circular. Sortida zona esportiva (pàrking) c/ Torrent del Gorg. Baixarem fins arribar al parc del Terral i pujarem per l'av. Montaltreu fins arribar a la zona esportiva (parc del Patufet), passarem per l'av. Toni Sors fins arribar a la zona de sortida.*

Inscripcions  
fins el 7 de març al QR.



### amb l'acompanyament del grup musical SOMSÒ BATUCADA.

Formada per dones del Poble Sec que es mouen per la música i per la lluita de la transformació social

10.30h-12.00h

#### TALLER DE XAPES al Punt Lila

TALLER: Participa en la creació del mural 8M amb la il·lustradora Maga Artwork

#### LECTURA DEL MANIFEST

a càrrec de la regidora d'igualtat

12.00h - 13.00h

#### ESPECTACLE INFANTIL.

Conta Contes Teatrelitzat i dansa  
a càrrec de NS Danza.

*Una companyia professional de dansa creada l'any 2006 per la ballarina i coreògrafa Núria Serra.*

13.00h - 14.00h

#### ACTUACIÓ MUSICAL

a càrrec d'Avalon

*Àvalon, un trio en clau de dona format per Carla Motis (guitarra), Marta Costa (percussió) i Laura Carreras (veu i baix).*

*L'objectiu d'aquest projecte és posar veu i ritme a diferents temes d'interpres i compositoras per visibilitzar el paper de la dona en la música de les últimes dècades. Interpreten diversos gèneres i estils, recordant i fent un homenatge a grans artistes com Ella Fitzgerald, Billie Holiday, Nina Simone, Mercedes Sosa, Janis Joplin, Aretha Franklin entre d'altres....*

#### BOTIFARRADA POPULAR

a càrrec de l'Associació gastronòmica Els Golafres

15.00h - 16.00h

#### ACTUACIÓ MUSICAL

a càrrec de Golafres  
Street band

A partir de les 10.00h  
i durant tota la jornada:

## 2a FIRA DE DONES EMPRENEDORES

### 3 VILES

Hi participaran dones emprenedores i totes aquelles entitats i associacions de les 3 Viles que tinguin entre els seus objectius el desenvolupament de projectes d'igualtat de gènere i de diversitat sexual, afectiva i de gènere.



## Durant tota la jornada JOCS INFANTILS GEGANTS

jornada festiva per a tots i totes!  
Us hi esperem!

## DILLUNS 11

9.30h - 12.00h

### VINE A PASSEJAR AMB NOSALTRES!

Recorregut circular. Sortida de l'Ajuntament, passejar pel passeig marítim i acabar amb un petit esmorzar.

Organitza la Regidoria d'Igualtat.  
Inscripcions al tel. 695 080 746

10.30h - 11.45h

### CLASSES DE IOGA

#### Portes obertes.

Associació de Gent Gran Els Xurravins.  
Centre Cívic El Gorg.

Inscripcions al tel 695 080 746

16.00h - 17.30h

### TALLER COEDUCATIU

#### Les Joquínes són sexistes?

adreçat a les famílies dels infants de l'Escola Bressol els Garrofers.

*Vira és una cooperativa que aporta la seva experiència i expertesa per construir una societat que posi les persones i la cura al centre.*

## DIMARTS 12

16:00h - 18.00h

### TALLER DE TEATRE SOCIAL PER ADULTS amb l'Associació Impacta't

Centre Cívic El Gorg.  
Inscripcions al tel 695 080 746

17:30h - 19.30h

### TALLER AIKIDO PER A DONES Associació Aikido Senkikai SVM.

Centre Cívic El Gorg.  
Inscripcions al tel 695 080 746

## DIMECRES 13

10.00h - 12.00h

### GRUP DE TROBADA I I INTERCANVI D'EXPERIÈNCIES.

“El teu espai de confiança i sororitat” per a dones + 50 anys

A càrrec Senior Place, Associació per un envelliment actiu i saludable.

Centre Cívic El Gorg.  
Inscripcions al tel 695 080 746

18.00h - 20.00h

### PRESENTACIÓ DELS LLIBRES

#### Gossos Salvatges de Georgina Dalmau

Sociòloga, analista de mercats i Marketing Digital.

#### Casada i callada d'Emma Zafón.

Esriptora i periodista.

Casal de cultura.

## DIJOUS 14

17.30h - 19.00h

### TALLER DE DANSA LLIURE a càrrec de Mercè Bracons, professora de dansa lliure Malkowsky. Dansa natural.

Centre Cívic El Gorg.  
Inscripcions al tel 695 080 746

## DIVENDRES 15

10.30h - 11.45h

### CLASSES DE IOGA

#### Portes obertes.

Associació de Gent Gran Els Xurravins.  
Centre Cívic El Gorg.  
Inscripcions al tel 695 080 746

17.00h

### TALLER DE TEATRE SOCIAL PER INFANTS

#### DE 10-12 anys

Associació Impacta't.  
Centre Cívic El Gorg.  
Inscripcions al tel 695 080 746

## TALLER DE MANUALITAT PER A GENT GRAN

### “LES MIL I UNA LLIBRETES”

11.00h -12.30h

Centre Cívic El Gorg.

29 de FEBRER - 4 de MARÇ - 7 de MARÇ

Inscripcions fins al 26 de febrer - tel. 667 182 250

Del 19 de març al 2 d'abril

# EXPOSICIÓ

**Francesca Bonnemaïson**

Educadora de ciutadanes.

*Exposició que posa en valor la figura de Francesca Bonnemaïson i Fariols (Barcelona, 1872- 1949) en el 150 aniversari del seu naixement. Va ser una dona revolucionària per a la vida de moltes dones, perquè els va facilitar l'accés a l'educació, un element clau per a la seva autonomia i va deixar un llegat en favor de l'apoderament de les dones i la sororitat*

Centre Cívic El Gorg.



695 080 746 /93 791 05 11



[www.svmontalt.cat](http://www.svmontalt.cat)



Ajuntament de Sant Vicenç  
de Montalt