

# PROGRAMACIÓ MES DE SETEMBRE I D'OCTUBRE

## CONTACONTES STORYTELLING EN ANGLÈS

Els Dimecres 19 de Setembre, 28 de Novembre i 19 de Desembre a les 18:30 h.

Storytelling és un taller de contes representatius en anglès destinat a xiquets/es d'entre 3 i 6 anys on podrem aprendre vocabulari en anglès d'una manera molt divertida. (Aula de Cultura)



## RUTA DE LA SALUT



Ruta de la salut

Dijous, 20 de Setembre, a les 17 h.

La Ruta de la Salut és una iniciativa de la Diputació de València amb la col·laboració dels professionals de l'Hospital General Universitari de València, que torna a l'Ajuntament de Benirredrà. En ella es realitzaran proves mèdiques i s'impartiran xarrades sobre diferents aspectes en els quals és fonamental incidir per a prevenir malalties que amb la detecció precoç són més fàcils de tractar i en definitiva, millorar la qualitat de vida de les persones.



## XERRADA informativa MINDFULNESS

Dimecres, 26 de Setembre, a les 19:30 h (Aula de Cultura).

El mindfulness es considera una pràctica de meditació per a aprendre a reduir l'estrès i augmentar el benestar i satisfacció vital. Vine i informa't!



## TALLERS 9 D'OCTUBRE



Taller culinari familiar de la Mocadorà Valenciana per Sant Dionís.

Dimecres 3 d'Octubre, a les 18,30 h (Aula de Cultura)

Contarem la llegenda de la mocadorà i elaborarem la nostra amb l'ajuda dels familiars que vullguen participar.

Tradicions Valencianes i contacontes d'En Jaume I, el conqueridor.

Dimecres 10 d'Octubre, a les 18,30 h (Aula de Cultura)

Parlarem de la nostra terra i les tradicions populars valencianes i contarem la història de Jaume I.

A més, contaronaldalles d'Enric Valor. Veurem què son les rondalles i realitzarem un recital adaptat als xiquets/es sobre algunes de les rondalles populars valencianes.



## XERRADA prevenció de salut auditiva

Prevenció de salut auditiva

Dijous, 4 d'Octubre, a les 18:30 h (Aula de Cultura).

La millor forma d'evitar problemes auditius en el futur es previndre, i amb aquest objectiu, parlarem de diferents accions que realitzem, dirigides a tots els sectors de la població com són: divulgar bons hàbits per a cuidar la salut auditiva; fomentar campanyes anuals de revisió; formar i conscienciar a les persones sobre la protecció auditiva i presentar les noves solucions auditives i proves de detecció de pèrdua auditiva. En acabar, les persones que assistisquen podran disfrutar d'un berenar a càrrec d'Amplifon amb la col·laboració de l'Ajuntament de Benirredrà.



## XERRADA sexualitat i relacions afectives en la dona

Sexualitat i relacions afectives en la dona

Dijous, 11 d'Octubre, a les 18:30 h (Aula de Cultura).

Analitzarem el funcionament de la resposta sexual a cada una de les etapes i aportarem solucions als problemes que puguem presentar-se degut a l'edat o les deficiències de salut. El peculiar és, que la tractarem des d'un enfocament tântric, per la qual cosa és una disciplina molt idònia en edats avançades i molt interessant per a totes les edats, ja que contribueix a millorar la qualitat de les relacions sexuals i afectives. **Impartida per:** Vicente Gascón



## TALLER quin temps farà? Fem un penell



Quin temps farà? Fem un penell

Dimecres 17 d'Octubre, a les 18:30 h (Aula de Cultura).

T'agradaria saber com predeien el temps els nostres avantpassats?

A aquest taller, projectarem una presentació sobre els fenòmens naturals i atmosfèrics. A més, veurem com ha avançat la meteorologia des de l'antiguitat i com predeien el temps els nostres avis, amb anècdotes i històries. En acabar, respondrem a diferents dubtes sobre el temps meteorològic i després elaborarem un penell que podran emportar-se a casa junt amb una làmina amb diagrames de núvols i la indicació de quin temps anuncien.



## XERRADA menjar bé o la bona nutrició en els majors



Menjar bé o la bona nutrició en els majors

Dijous, 18 d'Octubre, a les 18:30 h (Aula de Cultura).

A aquesta xerrada es realitzarà una revisió del tema de la alimentació i nutrició de les persones majors. Es descriuran els factors que influeixen en l'estat nutricional de la gent gran, els factors de risc per a la desnutrició i els canvis fisiològics.

**Impartida per:** Marta Retamosa

## DOCUMENTALS



Velluti. La ruta de la seda Valenciana

Divendres 19 d'Octubre, a les 19:00 h (Aula de Cultura)

El documental ens convida a fer memòria, a recordar la que va ser la principal activitat econòmica de València fa només 300 anys, quan milers de valencians es van dedicar a la indústria de la seda. Al camp no manaven ni tarongers ni arrossars, dominaven les moreres. El documental recorre tots els pobles i ciutats on la memòria de la seda està present i recupera aquesta riquesa oblidada.

Serpis de Ferro. La via Verda Alcoi-Gandia

Dimarts 30 d'Octubre, a les 19:00 h (Aula de Cultura)

'Serpis de Ferro' reivindica la impressionant via verda que recorre el riu entre Alcoi i Gandia.

El documental mostra amb unes imatges impactants, una ruta que s'ha convertit en un museu patrimonial i etnogràfic a l'aire lliure. Aquest treball vol servir de reflexió sobre el potencial de futur i de vertebració del territori d'aquesta via d'enorme riquesa mediambiental, patrimonial i turística. Un paradís per a senderistes i cicloturistes.

## XERRADA prevenció d'accidents i seguretat domèstica per a majors



Prevenció d'accidents i seguretat domèstica per a majors

Dijous, 25 d'Octubre, a les 18:30 h (Aula de Cultura)

Les persones majors estan especialment exposades a patir accidents a la llar.

Els més comuns són les caigudes, les intoxicacions i les cremades.

Abordarem alguns consells pràctics, sobre les cures que han d'adoptar per a prevenir els diferents tipus d'accidents, que es poden produir dins del seu entorn.

**Impartida per:** Empar Aguado.



## TALLER decorem HALLOWEEN



Decorem Halloween

Dimecres, 31 d'Octubre, a les 18:00 h (Aula de Cultura).

Arriba Halloween i no podem deixar escapar l'oportunitat de decorar la nostra casa amb elements terrorífics: una carabassa en tres dimensions mai vista abans, una útil pinça-rata penada i unes aborronadores estovalles per a no tacar la taula tot amb les nostres pròpies mans. Anima't i participa.

## Concurs BIBLIOREPTES

Llegir té premi! La Biblioteca Municipal i la Regidoria de Cultura, plantegen el Concurs de reptes lectors, una sèrie de reptes mensuals, per tal de fomentar la lectura en adults i xiquets/es d'entre 6 i 12 anys. Hi hauran premis per aquells que superen els reptes. Vine a informar-te a la presentació del concurs a l'Aula de Cultura de l'Ajuntament el proper **Dijous 27 de Setembre, a les 18:30 h.**

## Dia Internacional de la BIBLIOTECA

**Dimecres, 24 d'Octubre, a les 18:30 h.**

Vine a celebrar amb nosaltres el dia gran de la Biblioteca, on realitzarem una divertida Jornada d'Animació Lectora amb una ruta literària on explicarem diferents tipus de narrativa infantil i veurem els espais de lectura. Després tindrà lloc a l'Aula de Cultura el contacontes representatiu "L'ós que estimava els llibres".

## PROGRAMACIÓ MES DE NOVEMBRE

### TALLERS d'art creatiu:

**NaturArt: Dimecres, 7 de Novembre, a les 18:30 h (Aula de Cultura).**

Es tracta d'un taller creatiu d'art lliure, on formarem siluetes i caricatures de diferents animals, amb fulles d'arbres i llegums. A més, parlarem de la tardor i les seues característiques.

**Pintura i espuma: Dimecres, 21 de Novembre, a les 18:30 h (Aula de Cultura).**

Crea la teua pròpia pintura amb relleu i pinta la teua obra d'art amb espuma.

### XERRADA risoteràpia

#### Risoteràpia

**Dimarts, 13 de Novembre, a les 19:00 h (Aula de Cultura)**

Es tracta d'una intel·ligent, elaborada i joiosa proposta per a millorar el nostre estat. A través de la pràctica en grup de diverses tècniques, ens permet connectar amb el nostre costat més positiu, equilibrat i creatiu, i retrobar-nos amb el nostre riure més pur. Més enllà, es pot considerar un sistema d'entrenament per a desenvolupar una actitud de fortalesa positiva davant la vida. La risoteràpia és un viatge al centre del nostre ésser, per a convidar-nos a desplegar tot el nostre potencial per al benestar, la salut i la vitalitat. **Impartida per:** Eva Vives.

### Els divendres tots al TEATRE

**Tots els divendres de Novembre, a les 20:30 h**

S'inicia la nova temporada dels "Divendres tots al teatre". Des de l'Ajuntament, volem continuar oferint cultura al nostre poble, durant els divendres de Novembre.

Preu: 3e (General) / 1,5e (Carnet Jove, Jubilats i pensionistes)

**Lloc: Aula de Cultura, Ajuntament de Benirredrà.**

### EIXIDES GRUP SENDERISME "LA TERRETA" 2018

**Diumenge 21 d'Octubre,** Dia d'iniciació al senderisme. Tavernes de la Vall digna-Mirador Marjal-Ermita de Sant Llorenç -Tavernes. 10 km. Familiar - Fàcil.

Al finalitzar dinar de convivència en L'Ermita.

**Diumenge 11 de Novembre,** PR-CV368. Orba - Font de Centella - Presa D'isbert - Orba. 13 Km. Familiar - Fàcil.

**Diumenge 2 de Decembre,** PR-CV396. Barxeta - Alt de la Barsella - Barxeta. 11 Km. Familiar - Fàcil.

Tot el que vulga formar part d'aquest grup, pot inscriure's a l'Ajuntament omplint un formulari i fer-se soci. Pots descarregar-te aquest formulari a la pàgina web de l'Ajuntament.

L'ajuntament de Benirredrà es reserva el dret de modificar aquesta programació

# Programació Cultural

## Benirredrà

# TARDOR 2018

<http://www.benirredra.es>

email: [benirredra@gva.es](mailto:benirredra@gva.es)

## Regidoria de Cultura



Ajuntament de Benirredrà



663 755 741



@Benirredrà

