



# Eco SANT CUGAT



## ACTES PREVIS

### DISSABTE 24 DE SETEMBRE

Al Centre Cívic:

**A PARTIR DE LES 18H, 2A MOSTRA AUDIOVISUAL A L'ENTORN DEL MEDI AMBIENT.** A l'Auditori. Entrada gratuïta.

**Entorn geològic del Foix – del triàsic al quaternari.** Des del triàsic fins a l'actualitat les pedres ens han deixat escrita la història del nostre territori. Les roques, els minerals, els fòssils i les característiques del terreny ens expliquen com s'han format les muntanyes i valls de la conca del Foix i també com han evolucionat i han anat modelant el paisatge. A l'acabar, torn de preguntes al director. Un projecte del Centre de Documentació del Parc del Foix. Realitzat per EDN - Estudi Divulgació Natura. (18')

**Dos tomates y dos destinos.** Agronegoci i sobirania alimentària tenen una cita a cegues en aquesta història tan divertida. Documental dirigit per Aníbal Gómez i David Rodríguez. Amb la col·laboració de FICMAC. (9')

**Terra Incògnita.** La vida de la gent gran i pagesa del Penedès a través de la singular mirada de Lluís Escartín que, l'any 2005, va decidir fer aquest documental perquè en quedés constància. En acabar preguntes al director. Amb la col·laboració de l'Institut d'Estudis Penedesencs i l'Observatori del Patrimoni Etnològic i Immaterial de la Generalitat de Catalunya. (25')

**Hija de la Laguna.** Produïda per Guarango i dirigida per Ernesto Cabellos. Documental que mostra la lluita de les petites comunitats andines pel dret a l'aigua i a una vida digna enfront les grans empreses mineres d'or. Aquesta defensa del medi natural amenaçat per pràctiques insostenibles d'extracció de recursos ens farà reflexionar sobre el cost social i mediambiental d'aquestes pràctiques, de com la nostra manera de viure suposa una amenaça per al planeta, quina responsabilitat tenim en el consum individual i col·lectiu o quina petjada deixem en el territori. Amb la col·laboració d'Entrepobles Penedès. (52').



Amb la col·laboració incondicional d'entitats, associacions, comerços i voluntaris/es del poble

amb el suport de:



segueix-nos a:

 Eco Sant Cugat  @EcoSantCugat

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



Imprès en paper reciclat 100% post consum i lliure de clor

### 14a FIRA MEDIAMBIENTAL DEL PENEDES 2016

DIUMENGE 25 DE SETEMBRE  
ZONA ESPORTIVA  
SANT CUGAT SESGARRIGUES

### CONSUM RESPONSABLE, SALUT I MEDI AMBIENT

DEL 17 AL 24 DE SETEMBRE  
CONFERÈNCIES,  
MOSTRA AUDIOVISUAL,  
TALLERS I ALTRES ACTIVITATS

### DISSABTE 17 DE SETEMBRE

**A LES 18H BICICLETADA POPULAR.** Emmarcada en la Setmana de la Mobilitat Sostenible i Segura. Sortida des de la Plaça del Sindicat. Col·labora Fundació Ametller Origen. Passeig amb bicicleta apta per a tots els públics pels voltants de Sant Cugat Sesgarrigues. Hi haurà cotxe- escombra, obsequis pels participants i pica-pica al finalitzar.

### DIVENDRES 23 DE SETEMBRE

Al Centre Cívic:

**19H TALLER: PLANETA AMENAÇAT, TITELLES AL RESCAT!**  
**A càrrec de la Companyia Marionetes Nòmades,** i amb la col·laboració de la Diputació de Barcelona. Farem un viatge fantàstic al cor del canvi climàtic, des de les seves causes a les conseqüències passant per les solucions, amb la inestimable guia d'un grapat de titelles que ens faran reflexionar sobre els recursos naturals, el canvi climàtic i la responsabilitat de totes envers el nostre planeta. Activitat recomanada a infants d'entre 7 i 10 anys.

**19H XERRADA: LA METEOROLOGIA DEL 2025, COM SEREM I COM SERÀ EL TEMPS.** A càrrec de **Tomàs Molina Bosch, periodista i meteoròleg.** Ens aportarà dades científiques que demostrin que les coses estan canviant al Planeta, i veurem les causes, els efectes i les conseqüències futures del canvi climàtic des del punt de vista de la meteorologia i quina influència pot tenir en la salut de les persones.



# DIUMENGE 25 DE SETEMBRE



**9H CAMINADA POPULAR.** Des de la Plaça de l'Església. Organitzada pel col·lectiu ecologista Bosc Verd i guiada per Toni Inglada. Col·labora Mas Comtal. Caminada matinal de dificultat entre fàcil i mitja, que passa per diferents punts d'interès de la zona. Es recomana portar bon calçat, bastó, aigua, gorra si fa sol i vestimenta adequada si plou. Hi haurà refrigeri a l'acabar.



**9H ESMORZAR POPULAR.** A càrrec dels alumnes de 6è de l'Escola Les Vinyes de Sant Cugat Sesgarrigues.



**9.30H BICICLETADA POPULAR VILAFRANCA-SANT CUGAT SESGARRIGUES.** Sortida des de la Plaça de les Arts (Molí d'en Rovira) de Vilafranca. Organitzada pel CEP Centre Excursionista del Penedès i patrocinada per Fleca Fontanals. Passeig amb bicicleta apte per a tots els públics, amb pica-pica pels participants a l'arribada.



**10H A 20H ESTANDS I EXPOSITORS.** Amb una mostra de temes i productes vinculats al medi ambient: les energies renovables, l'arquitectura i construcció sostenible, l'estalvi i tractament d'aigua, mobilitat sostenible, l'educació mediambiental, els productes agroalimentaris, ecològics i de proximitat.

**DE 10H A 19H 3r MERCAT D'INTERCANVI, SEGONA MÀ O DONACIÓ.** Al carrer Rasa de l'Amell. Organitzat per EcoXarxa Penedès. Mercat per donar un nou ús a objectes que encara poden ser aprofitats, i promoure el consum responsable. Es poden intercanviar, regalar, comprar o vendre bens o serveis, sempre que siguin de segona mà i estiguin en bon estat. Per reservar un espai o per demanar informació: 619 37 80 46.

**DE 10H A 13H I DE 15H A LES 18H, PORTES OBERTES AL MUSEU EL FORN-EXPOSICIÓ RURAL.** Davant la parra del Cafè.

**11H A 19H ESTANDS I EXPOSITORS RELACIONATS AMB L'ESPAI SALUT I ACTIVITATS FAMILIARS.** Ajuda'ns a fer un mandala vertical de tardor.

**D'11H A 19H ESPAI DE L'EVA.** Un lloc on fer una parada i gaudir amb degustacions de creps Faitavecamour dolços i salats i begudes saludables.

**11.00H TALLER DE COACHING: LA VISIÓ SISTÈMICA.** Per a comprendre la influència del sistema familiar en la vida de cada individu a nivell personal, professional, social, de salut o malaltia, abundància, èxit i fracàs, entre altres. A càrrec de Claudia Fabiola Fuentealba. Coach ontològica i facilitadora de constel·lacions familiars.

**11.00H TXI KUNG I SONS CURATIUS.** Gimnàstica energètica que forma part del conjunt de la Medicina Tradicional Xinesa. Moviments suaus i harmoniosos, respiració conscient, sons i visualitzacions que ens ajudaran a escoltar el nostre ritme intern i a instal·lar-nos en el present amb serenitat. A càrrec de Mònica Ruiz Grases. Doctora en Bioquímica per la UB. Professora de Tai Txi - Txi Kung.

**11H ARRIBADA DE LES AUTORITATS, SALUTACIÓ DE L'ALCALDESSA I TOMB PER L'ESPAI FIRAL D'ESTANDS I EXPOSITORS.**

**D'11H A 14.00H I DE 16.00H A 19.00H, ACTIVITATS LÚDIQUES PER A TOTS ELS PÚBLICS.**



**TALLER DE TORRETES AMB AUTOREG.** Construïrem amb materials reciclats torretes que s'autoreguen. A l'estand també hi trobaràs una taula hort amb verdures, un compostador per a matèria orgànica, pacs de fusta per muntar caixes-niu per ocells, el joc "La casa sostenible" i consells sobre natura i medi ambient. A més et podràs fer una fotografia al Fotocall. A càrrec de l'associació Amics de la Font del Cuscó.

**FEM L'INDI A L'ECO SANT CUGAT!** Taller creatiu amb materials reutilitzables i jocs ambientals per la quitxalla. A càrrec del Servei d'Educació Ambiental de la Mancomunitat Penedès Garraf.

**EL MEU HERBARI ECOLÒGIC.** Taller on cada participant es podrà fer un petit herbari amb les principals espècies autòctones d'arbres, arbustos i lianes del bosc mediterrani, i tot sense arrencar cap fulla. Per a totes les edats. A càrrec de Molí del Foix, Centre d'interpretació Històric i Natural.

**LES JOGUINES DELS IBERS.** Aquest taller ens servirà per conèixer els jocs de taula i les joguines de grans i petits a l'antiguitat. Identificarem les joguines dels nadons, les nines o els cavallets, per poder jugar de la mateixa manera que ho feien els nens i nenes de Font de la Canya. Posteriorment les reproduïrem amb fang! A càrrec d'ArqueoVitis SCCL. \*Horari: de 12h a 13h i de 18h a 19h.

**TEXTRINA, LA VESTIMENTA DELS ANTICS.** En el taller dels teixits dels ibers coneixerem pas a pas la manera de confeccionar teixit a partir de la llana de les ovelles i les fibres vegetals com el lli o el cànem. Seguirem tot el procés des del cardat de la llana, l'elaboració dels fils i utilitzarem les diferents maneres de teixir a través del telar vertical, l'horitzontal i el de plaques. A càrrec d'ArqueoVitis SCCL. \*Horari: de 12h a 13h i de 18h a 19h.

**LA CANYA I EL BAMBÚ, ELEMENTS CONSTRUCTIUS AMB MOLTES POSSIBILITATS.** Taller pràctic de bioconstrucció amb canyes i bambú on coneixerem les múltiples possibilitats que ens dona aquest material local, abundant i renovable per aconseguir espais habitables i assequibles. A càrrec de Xavier Boltà, de l'Aula de Natura Les Esplanes.

**TALLER PAL DE PLUJA.** Creació d'un instrument amb material reciclat que serà un pal de pluja a punt per sonar. A càrrec de la Companyia Quiràlia.

**JOCS GEGANTS.** Col·lecció de jocs del món artesanals fets amb fusta que ens permetrà conèixer i aproximar-nos a altres cultures a partir l'element universal que és el joc. A càrrec de la Companyia Quiràlia.

**INFLABLE.** La diversió està servida, és el moment de saltar i lliscar fins que la força i l'energia diguin prou! A càrrec de la Companyia Quiràlia.

**12H PARLAMENTS DE LES AUTORITATS PRESENTS.**

**12.30H SHOWCOOKING: REMEIS CASOLANS MACROBIÒTICS.** A càrrec d'Eva Piqué Ripoll.

**12.30H XERRADA: LA QUIROPRACTICA PER A LA COLUMNA VERTEBRAL.** Informació sobre els diferents dolors d'esquena i com prevenir-los. A càrrec de la Dra. Solange Barbaroux, llicenciada pel Life Quiropractic College West of California (EEUU).

**12.30H MINDFULNESS, L'ART DE VIURE AMB PLENA CONSCIÈNCIA.** Taller per donar a conèixer els fonaments del mindfulness, les seves aplicacions i beneficis i realitzar alguna pràctica que ens permeti experimentar aquesta eina: calmar la ment, gestionar les emocions i millorar el benestar i la salut es pot aconseguir incorporant a la vida pràctiques senzilles i efectives de plena consciència. A càrrec de Mercè Salat Cuscó, psicòloga, terapeuta i formadora de mindfulness.

**12.30H XERRADA: LA CONTAMINACIÓ ELECTROMAGNÈTICA I LA TEVA SALUT, UN PERILL INVISIBLE.** A càrrec de Juan Rivera de l'empresa Cemprotecta.

**13H A 16H, ES PODRÀ DEGUSTAR EL MENÚ ECOLÒGIC I DE PROXIMITAT DE LA FIRA.** Amb la col·laboració d'EcoXarxa Penedès i La Nau del Serafí; DEGUSTACIONS DE VI I CAVA de Mas Comtal i les POSTRES de Fleca Fontanals.

**13.30H XERRADA: HIDRATACIÓ I NUTRICIÓ CEL·LULAR, CLAUS PER A LA SALUT.** A càrrec de Jesús Boj, d'Eines per a la Salut.

**17H TALLER D'ARTTERÀPIA: EXPRESSA'T MÉS ENLLÀ DE LES PARAULES CREAT SALUT.** Gaudim d'expressar-nos lliurement utilitzant colors i pintures, traspasant fronteres per trobar més claus per al benestar integral en totes les àrees personals. A càrrec de Marta Aguado, artterapeuta.

**17.00H XERRADA - TALLER: RECURSOS EDUCATIUS D'ECOLOGIA EMOCIONAL.** Què és el concepte d'Ecologia Emocional, qui són els seus creadors, com podem aplicar aquest concepte en la vida familiar i quins són els beneficis de la seva aplicació. A càrrec d'Eva Garcia, formadora de la Fundació Àmbit Institut d'Ecologia Emocional i de l'Escola de Pares i Mares de l'Alt Penedès.

**17.00H XERRADA: AYURVEDA RURAL, UN ESPAI PER EXPERIMENTAR LA SALUT I LA NATURA.** Descripció de l'Ayurveda, les constitucions: prakruti, les rutines: dinarcharya, el projecte Ayurveda Rural i explicació dels tractaments. A càrrec de Gemma Soriano, responsable d'Ayurveda rural.

**DE 17H A 18H VISITA A L'EXPOSICIÓ DE CAL PAU VIDAL I A LA FRESQUERA DE LA PLAÇA DE L'ESGLÉSIA,** comentada per Rosa Escala. Per a la visita cal inscriure's a l'estand de l'Ajuntament.

**17.30h BERENAR SALUDABLE.** Amb el suport de La Balança, la botiga d'avui amb aliments de sempre.



**18.30H XERRADA: HABITATGE SALUDABLE.** A càrrec de David Agustín de l'empresa EDDAB arquitectura.

**18.30H TALLER DIY TERAPÈUTICS.** Inspiració i idees per a despertar la teva creativitat i connectar amb els teus propis recursos interns. A càrrec de Hedy Kramer, Psicòloga, art terapeuta, teatre terapeuta i facilitadora de constel·lacions familiars.

**18.30H INTRODUCCIÓ A LA SANACIÓ PRÀNICA (PRANIC HEALING) I MEDITACIÓ PER LA PAU.** Breu taller introductori a la sanació prànica i meditació per la pau, de benedició de la Terra. A càrrec de Francesc Padró de l'Associació Arhatic loga i Pranic Healing.

**18.30H DANSA ORIENTAL.** Una manera divertida, senzilla i agradable per connectar, curar i acaronar-nos l'ànima. A càrrec d'Elena Baasima, terapeuta a través de la dansa.

**19.30H CONCERT DE CLOENDA A CÀRREC DEL GRUP THE JUNG ONES DE SANT CUGAT SESGARRIGUES.** Al carrer Rasa de l'Amell.

COLORS DELS ESPAIS

ESPAI SALUT · ESPAI TALLERS · ESPAI CENTRAL

ESPAI GASTRONÒMIC · ESPAI EXTERIOR (RASA AMELL)

ACTIVITATS PER A TOTA LA FAMÍLIA



EN CAS DE PLUJA:

EXPOSITORS: A LA PISTA POLIESPORTIVA

ESPAI SALUT I ESPAI TALLERS: AL CENTRE CÍVIC

ESPAI CENTRAL: A L'ESCOLA

ESPAI GASTRONÒMIC I ESPAI EXTERIOR: A LA SALA DEL CAFÈ