

## FÒRUM SILVER VALLÈS

Activitats per a empreses,  
professionals del sector i  
demandants d'ocupació

Inscripció prèvia necessària

### Dijous 30/03

9:30-11:30

#### **Acte inagural**

Auditori

11:30-12:20

#### **Tendències dels sèniors que interessen a les empreses (noves oportunitats)**

Dpt dinamitz- innovació PES  
Auditori

12:30-13:20

#### **Innovació i TIC vinculats a la SE (projectes emprenedors)**

Dpt dinamitz- innovació PES  
Auditori

13:30-14:30

#### **Networking empresarial**

Dpt dinamitz- innovació PES  
Punt networking

16:30-17:45

#### **Oportunitats professionals: Serveis de Salut i Assistencials (Sbd Gent Gran, La Font, Domus, Accent Social,)**

Taula rodona amb empreses  
Auditori

18:00-19:15

#### **Oportunitats professionals: Vida activa i qualitat de vida (Digitalització, esport, Beauty, Acompanyant viatges, Complexes gent gran)**

Taula rodona amb empreses  
Auditori

### Divendres 31/03

10:00-11:00

#### **La revolució sènior: El valor de d'experiència**

Ponència Laura Rosillo  
Auditori

11:15-12:15

#### **Forma't en l'àmbit socio sanitari**

Ponència PES Dpt formació  
Auditori

12:30-13:15

#### **Impro show: espectacle d'improvisació**

Improshow  
Auditori

13:00-14:00

#### **Com millorar l'eficàcia quan volem millorar la qualitat de vida en la Silver Economy**

Inst Invest i Innov Parc Taulí  
Sala 1 + sala 2

13:30-15:30

#### **Espai entrevistes: Contracta a un sènior**

Networking (PES intermediació)  
Sala 3

16:30-17:30

#### **Validació de conceptes innovadors per a la Silver Economy**

Presentació Inst Invest i Innov  
Parc Taulí  
Sala 1

# PROGRAMA FIRA SILVER VALLÈS

<http://www.firasilvervalles.sabadell.cat/>



## VIDA ACTIVA

Activitats lúdiques i d'aprenentatge per a persones de la generació sènior

Inscripció prèvia necessària

### Dijous 30/03

11:30-12:30

**Sessió de taixí: Augmenta el teu benestar**

Cicles de vida ( )  
Escenari

11:30-13:00

**Mural Photocall Silver (taller graffiti) "Junts pintem molt"**

Werens  
Exterior

12:45-14:00

**Trencant la bretxa digital i la solitud no desitjada de la gent gran**

Cicles de vida (Taller Oreneta)  
Sala 1

16:30-17:15

**Nous rols a l'atenció primària per a la millora de la qualitat de vida**

Lluc Sellas, referent de benestar emocional del Cap Centre (Sabadell), i Laura Pastor, dietista-nutricionista del CAP Castellar del Vallès, ambdós de l'Atenció Primària Metropolitana Nord de l'ICS  
Sala 1 + sala 2

16:30-18:30

**Segona pell**

Ponència CCVSS + Taller atelier  
Sala 3

17:30-18:15

**Envelliment actiu: "Mi médico me manda a paseo" (Ponència)**

club Natació + Dra Romaguera  
Sala 1 + sala 2

18:30-19:15

**La importància de planificar l'herència (com evitar problemes a la família i minimitzar l'impacte fiscal de la successió)**

Senior Iuris  
Sala 1 + sala 2

19:30-20:30

**Ball en línia**

Cicles de vida ( )  
Escenari

### Divendres 31/03

10:00-11:30

**Menjar per viure millor (visió mèdica, esportiva i col·lectivitats) + Esmorzar saludable**

Club natació, Sabadell Gent Gran i Dp Salut  
Sala 1

10:00-12:00

**Itineraris històric-cultural del Vallès**

Marxa nòrdica  
Exterior

11:45-12:45

**Envelliment saludable: realitat o utopia?**

CCVSS. Fundació envelliment i salut  
Sala 1 + sala 2

19:00-20:00

**Cant coral: Cor d'acords del teatre St Vicenç**

Cor D'Acords  
Escenari

### Dissabte 1/04

10:00-11:30

**Taula rodona - El cohabitatge en**

**cessió d'ús. Un model d'habitatge per a una vellesa activa**

Somhabitat  
Auditori

10:00-11:30

**Caminada per una vida sana**

Activitat col·lectiva Monatur  
Exterior

10:00-11:30

**Mostra d'activitats aeròbiques**

Activitat col·lectiva Cicles vida  
Escenari

11:45-13:00

**Ponència-La fisioteràpia com a eina per afavorir l'envelliment actiu i saludable**

Ponència + taller CCVSS  
Sala 1

11:45-13:00

**Ponència-Ensenyances del japó per a una vida llarga i plena**

Conferència Marcos Cartagena  
Auditori

13:00-15:30

**Ball en línia**

Club Natació + Cicles de vida  
Escenari

# PROGRAMA FIRA SILVER VALLÈS

<http://www.firasilvervalles.sabadell.cat/>



## ACTIVITATS EXPOSITORS

Activitats organitzades per expositors presents a Fira Silver Vallès

No es requereix inscripció prèvia, excepte en "Els beneficis de fer esport a l'aigua"

### Dijous 30/03

11:30-12:00

#### Envellir amb humor

Memora  
Sala 4

11:30-12:00

#### Coneix les novetats del Carnet de Pensionista d'FGC

FGC  
Zona usos tecnològics

12:00-12:30

#### Tips per estalviar amb eco opcions i reforçar la seguretat de la teva llar

Leroy Merlin  
Sala 3

12:00-13:00

#### Aquest 2023 viatja en grup i descobreix el món

Promoviatge  
Sala 4

12:15-13:15

#### Els beneficis de fer esport a l'aigua

Club Natació  
Club Natació

12:30-13:00

#### Coneix el funcionament de l'APP de TUS

TUS  
Zona usos tecnològics

12:30-13:30

#### Com prevenir les complicacions de la Diabetis. Importància de la Microcirculació para mantenir la salut.

Bemer-Dr. Juanjo Dallares  
Zona vida activa

13:00-14:00

#### Vine a utilitzar les nostres ulleres de realitat virtual i descobreix noves ciutats, practica nous esports i millora l'estimulació cognitiva

Domus  
Zona d'usos tecnològics

13:30-14:00

#### Envellir amb humor

Memora  
Sala 4

16:30-17:00

#### Com detectar notícies falses a Internet

Memora  
Sala 4

17:00-17:30

#### Coneix el funcionament de l'APP de TUS

TUS  
Zona usos tecnològics

17:00-19:00

#### Reincorpora el Joc a la teva vida, relacionar-se des de l'humor i l'alegria

Jordi Sabater  
Zona vida activa

18:00-19:00

#### Coneix les novetats del Carnet de Pensionista d'FGC

FGC  
Zona usos tecnològics

18:30-19:00

#### Com detectar notícies falses a Internet

Memora  
Sala 4

### Divendres 31/03

10:30-11:30

#### Coneix les novetats del Carnet de Pensionista d'FGC

FGC  
Zona usos tecnològics

10:30-11:30

#### Viure sense dolor és possible. La Terapia Física vascular BEMER® un avanç d'última generació en el tractament del dolor crònic.

Bemer-Dr. Juanjo Dallares  
Zona vida activa

11:00-12:00

#### Aquest 2023, viatja i descobreix el món!!

Promoviatge  
Escenari

11:30-12:00

#### Gestió de les emocions

Memora  
Sala 4

12:00-12:30

#### Coneix el funcionament de l'APP de TUS

TUS  
Zona usos tecnològics

12:30-13:30

#### Com prevenir l'Ictus, l'infart i millorar la salut cardiovascular

Bemer-Dr. Juanjo Dallares  
Zona vida activa

12:30-13:30

#### Vine a utilitzar les nostres ulleres de realitat virtual i descobreix noves ciutats, practica nous esports i millora l'estimulació cognitiva

Domus  
Zona d'usos tecnològics

13:30-14:00

#### Gestió de les emocions

Memora  
Sala 4

16:30-17:00

#### La importància de cuidar al cuidador

Memora  
Sala 4

16:30-17:30

#### Tria una vida sana sense dolor!

Policlinic  
Sala 3

16:30-17:30

#### Tips per estalviar amb eco opcions i reforçar la seguretat de la teva llar

Leroy Merlin  
Sala 1+ sala 2

17:00-17:30

#### Coneix el funcionament de l'APP de TUS

TUS  
Zona usos tecnològics

17:30-19:00

#### Reincorpora el Joc a la teva vida, relacionar-se des de l'humor i l'alegria

Jordi Sabater  
Zona vida activa

17:30-18:30

#### Hormones de la felicitat

Policlinic  
Sala 3

18:00-19:00

#### Coneix les novetats del Carnet de Pensionista d'FGC

FGC  
Zona usos tecnològics

18:30-19:00

#### La importància de cuidar al cuidador

Memora  
Sala 4

### Dissabte 1/04

10:30-11:30

#### Coneix les novetats del Carnet de Pensionista d'FGC

FGC  
Zona usos tecnològics

10:30-11:30

#### Els beneficis de fer esport a l'aigua

Club Natació  
Club Natació

10:45-11:45

#### Tips per estalviar amb eco opcions i reforçar la seguretat de la teva llar

Leroy Merlin  
Sala 3

11:30-12:00

#### Protecció legal a les persones grans

Memora  
Sala 4

11:30-13:00

#### Reincorpora el Joc a la teva vida, relacionar-se des de l'humor i l'alegria

Jordi Sabater  
Zona vida activa

11:30-12:00

#### Coneix el funcionament de l'APP de TUS

TUS  
Zona usos tecnològic

13:00-13:30

#### Protecció legal a les persones grans

Memora  
Sala 4

13:00-14:00

#### Taller de cuina amb thermomix

Thermomix  
Sala 3