

Salutació

L'estima per casa nostra i els hàbits saludables són dos valors col·lectius a l'alça després d'uns temps complexos i que vam compartir conjuntament amb "Prats Sofà". A Prats prenem consciència de la situació i entonem amb ganes la celebració d'una renovada Fira de Sant Jaume, on algunes de les persones que van compartir generosament les seves activitats cada tarda durant el confinament hi seran ben presents.

Una nova Fira que podrem viure responsablement, de manera reinventada, i que vol potenciar els productes de proximitat i les pràctiques saludables, incentius ben presents a casa nostra que volem promoure.

També estem al costat de la cultura, que volem estendre al màxim de dies l'any i en totes les disciplines, sempre que sigui possible. En equipaments que projectem i també a l'aire lliure per fomentar l'intercanvi d'aprenentatges i relacions socials, unes pràctiques saludables que fan millorar el benestar emocional i, al mateix temps, ens enforteix i ens ajuda a encarar els reptes que es presenten.

Tenim la sort de viure en un territori serè que defensem i pel que seguim treballant, sense oblidar les mesures que cal respectar. Aquest any tampoc podrem gaudir del Tastaqmarca, la mostra gastronòmica del Lluçanès, però us animem a participar en tallers i activitats de la Fira per poder guanyar un passaport que us permetrà gaudir de diversos àpats en els diversos establiments que volien formar part de la 5a edició de l'esperada mostra. Un Tastaqmarca que esperem poder tornar a recuperar l'any vinent.

Gaudiu de la Fira de Sant Jaume i com sempre feu, gaudiu-la amb responsabilitat, compromís i sense presses perquè fer proximitat és fer salut. Bona fira!

Alcalde, regidors i regidores de govern



Cal seguir les **mesures sanitàries vigents** i indicades per l'organització.



Activitats amb registre previ a **entrades.pratsdellucanes.cat**



La **programació pot veure's alterada** en funció de les mesures vigents.



Consulta la programació completa **firasantjaume.pratsdellucanes.cat**



En cas de pluja se suspendrà l'activitat.

Més informació a **firasantjaume.pratsdellucanes.cat**

i a les xarxes socials. [f](#) [t](#) [i](#) [g](#) [o](#) [l](#) 661 545 638

#PratsdeLluçanès #FiraSantJaume



AJUNTAMENT DE
PRATS DE LLUÇANÈS



Generalitat de Catalunya
Departament de Cultura



Pla d'Impuls
del Circ



Diputació
Barcelona



FIRATÀRREGA

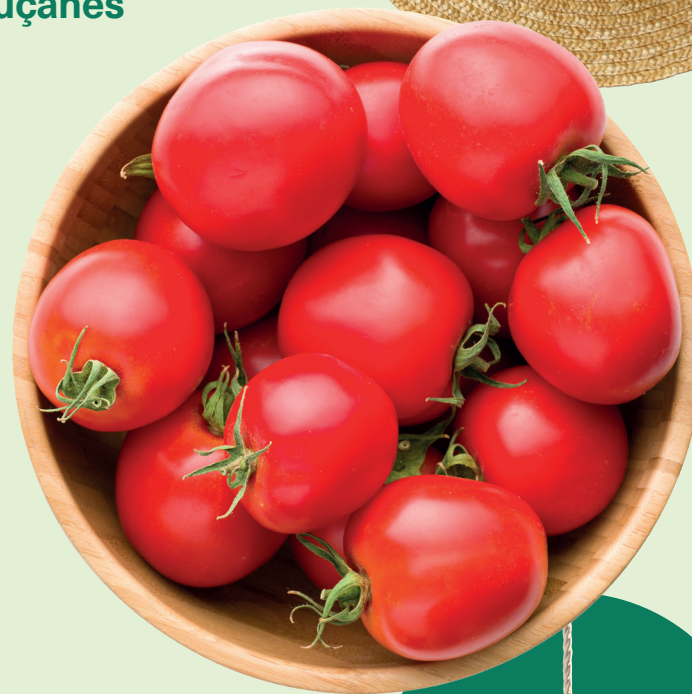
Circuit Nòmada

Pobles de Circ és una de les onze mesures del Pla d'Impuls del Circ 2019-2021.

El Pla d'Impuls del Circ 2019-2021 és una iniciativa del Departament de Cultura i l'Associació de Professionals del Circ de Catalunya (APPC). El pla consta d'onze mesures específiques finançades en la seva globalitat pel Departament de Cultura de la Generalitat de Catalunya, i compta amb aportacions específiques de l'Ajuntament de Barcelona i l'Institut Ramon Llull, així com amb la col·laboració del Centre de les Arts del Circ Rogallo Rivel, l'Arenau Popular 9Barri, La Central del Circ, La Vela de l'Estiu, la Xarxa d'Espais de Circ de Catalunya (XEC) i Nilak, la complexitat de diversos municipis, entitats i equipaments de Catalunya. El Pla d'Impuls del Circ té com a objectiu principal crear un escenari d'oportunitats per a la promoció i difusió del circ en la vida cultural, social i econòmica del país més enllà de les nostres fronteres.

FIRA DE SANT JAUME

23/24/25 de juliol de 2021
Prats de Lluçanès



**Proximitat i hàbits
saludables en un
territori serè**

Escenes: Cultura al carrer



Divendres 23 de juliol

A les 9 del vespre, als Jardins de Cal Bach,
23a edició del lliurament del premi de la Fundació Doctor Grau.

Tot seguit,
Músiques de pel·lícula amb **Rainbow Duet**.
Amb el pianista Jordi Armengol i la soprano
Mariona Pallach. Organitza: Fundació Dr. Grau

 **Activitat gratuïta.**  **Aforament limitat amb reserva prèvia.**

Dissabte 24 de juliol

A les 8 del matí, davant del pavelló
Sortida familiar per l'entorn més saludable.
Cal portar gorra, aigua i seguir les mesures
sanitàries.
Organitza: Unió Excursionista de Prats Xics

 **Activitat gratuïta amb inscripció prèvia.**  **Activitat familiar.**

A les 10 del matí, als jardins de Cal Bach.
2a JORNADA TÈCNICA DE LA FIRA DE SANT JAUME: Hàbits saludables de proximitat en un territori serè.

 **Activitat gratuïta amb inscripció prèvia.**

10 del matí. Primera part. *Com organitzar un menú saludable* amb Laia Puig, especialista en salut i nutrició.

Sessió que compagina una sessió teòrica amb consells i rutines per aprendre a comprar de forma responsable i saludable, amb una part més pràctica per ensenyar a programar i organitzar àpats amb productes de proximitat (esmorzars, dinars i sopars) de manera fàcil, ràpida i saludable.

11 del matí. Segona part. Suplements naturals per a la pràctica esportiva amb Martí Noguera, i Júlia Devesa, especialistes en nutrició humana i dietètica.

Taller amb nocions teòriques de nutrició i recomanacions científiques per abans, durant i després d'un entrenament o activitat esportiva. S'oferiran alternatives per aprendre a preparar

suplements nutricionals a base d'aliments naturals i de proximitat amb els mateixos resultats que els suplements nutricionals comercials.

Les jornades es clouran al voltant de les 12 del migdia. **Inscripcions gratuïtes a entrades.pratsdellucanes.cat o presencialment a Cal Bach fins al divendres 23 de juliol.**

Festival Itineràncies d'estiu

A dos quarts de 8 del vespre, als jardins de la Farmàcia Vella,
Escenes: cultura al carrer. Dansa.
Pilar de dos de **Clàudia Gómez i Raquel Viñuales**. Organitza: Festival Itineràncies Estiu.

Pilar de dos és una peça de dansa que pretén donar una mirada al món casteller a través de la seva fisicalitat i incorporar-la als cossos de dues ballarines. A través d'elements sonors com el toc de castells, d'elements gestuals com els rituals de construcció i d'elements característics com la faixa castellera; les ballarines creen un joc que poc a poc esdevindrà clau per la (de)construcció del castell.

A les 8 del vespre, al mateix lloc,
Escenes: cultura al carrer. Teatre físic.
De una en una de la companyia **Mètrica Bàrbara**. Espectacle que pertany al Circuit Nòmada de Fira Tàrrrega. Organitza: Festival Itineràncies Estiu.

De una en una està inspirada en el paisatge i el treball rurals i evocant la fragilitat, l'equilibri, la matèria i les relacions humanes. La peça combina la dansa, el teatre visual i d'objectes. A partir de la manipulació d'una trentena de teules, les intèrprets dibuixen paisatges visuals i sonors amb un moviment marcat pel treball físic i els esforços reiterats.

 **Activitat gratuïta.**  **Aforament limitat amb reserva prèvia.**

A les 10 del vespre, als jardins de la Farmàcia Vella,
Escenes: cultura al carrer. Música
Concert amb Marala, grup musical integrat per Selma Bruna, Clara Fiol i Sandra Monfort. Tres dones músics i compositores originàries de Catalunya, les Illes Balears i el País Valencià.

 **Activitat gratuïta.**  **Aforament limitat amb reserva prèvia.**

Diumenge 25 de juliol

A les 8 del matí, a la plaça Nova
Exposició de motos antigues

Durant tot el dia, al centre del poble,
Firaires, elaboradors i productors del territori

Durant tot el matí,
Mercat setmanal i botigues al carrer

De les 10 del matí a les 7 de la tarda, a la plaça de Cal Xiquet,
Festa Bastonera de rècord. S'intentarà assolir el rècord Guinness d'hores de balls de bastons ballats en un mateix punt. Organitza: Bastoners Estelladors de Prats de Lluçanès.

A dos quarts de 10 del matí, als jardins de Cal Bach,
Activitat saludable per a totes les edats.
Classe de GAC amb Cristina Sellas.

L'activitat consisteix en diferents exercicis cardiovasculars i de tonificació de la part inferior del tronc (glutis, abdominals i cames).

 **Activitat gratuïta.**  **Aforament limitat amb reserva prèvia.**

A dos quarts d'11 del matí, als jardins de Cal Bach,
Activitat saludable per a totes les edats.
Entrenament funcional amb Ferran Ares.

Introducció al crossfit, una disciplina esportiva basada en l'execució de moviments funcionals de la vida quotidiana de forma dinàmica i d'alta intensitat. Amb aquesta activitat s'apropa aquesta pràctica saludable apta per a tothom.

 **Activitat gratuïta.**  **Aforament limitat amb reserva prèvia.**

A dos quarts de 12 del migdia, als jardins de la Farmàcia Vella,
De la cuina a la cara. Taller de cosmètica natural amb Deirdre Crowley, de Nua Cosmètica.

Demostració de com s'elaboren productes cosmètics totalment naturals per tenir cura del cos utilitzant productes que es troben a la cuina de casa.

 **Activitat gratuïta.**  **Aforament limitat amb reserva prèvia.**

A les 2 del migdia, al capdavant del Passeig,
Sorteig de les paneres de la campanya de la fira. Organitza: Unió de Botiguers de Prats de Lluçanès

A les 7 de la tarda, a la plaça Vella
Escenes: cultura al carrer. Circ.
Sidecar amb **Pessic de Circ**.
Espectacle de Pobles de Circ.

Sidecar és un espectacle de circ contemporani sobre una moto amb sidecar. Un viatger arriba a la plaça amb una extravagant moto, amb un sidecar d'altres temps. Així desfilarà per la plaça mentre intenta dominar el seu sidecar, fent mil i una acrobàcies amb el màstil xinès, els patins i algun mapa que no sap ben bé on el portarà, potser cap a la felicitat?

 **Activitat gratuïta.**  **Aforament limitat amb reserva prèvia.**

Durant tot el cap de setmana, als jardins de Cal Bach,
Exposició de fotografies del 9è Concurs Instagram: Elois de Prats.

La reserva prèvia té premi!

Si fas reserva anticipada pots guanyar un **lot saludable de la Fira de Sant Jaume** o un **passaport per gaudir en establiments que havien confirmat assistència en la 5a mostra gastronòmica del Lluçanès**. Les persones que no facin reserva anticipada no participaran en el sorteig.

Campanya de la Unió de Botiguers Del 20 al 25 de juliol

PRATS DE -
BOTIGUES

Compra a establiments de la Unió de Botiguers i participa en el sorteig de dues paneres de productes de les botigues associades. Les paneres estan exposades en dos locals comercials (carrer Major 5 i 34) disponibles per llogar.