

11a Fira
Empordà
cuina i salut

25 i 26 d'abril de 2025

Torroella de Montgrí



del camp al cor

DIJOURS 24 d'abril

Xerrada “La importància de l'alimentació en la salut cardiovascular”, a càrrec de l'ABS de Torroella de Montgrí

Hora: 18 h

Lloc: aula del Museu de la Mediterrània

DIVENDRES 25 d'abril



Xerrada “Coneix la millor forma d'alimentar-te, per viure més i millor”, a càrrec d'Anna Torelló, dietista i nutricionista, coneguda a xarxes com a *the Happy Avocadooo*

Hora: 11 h

Lloc: auditori del Museu de la Mediterrània

Activitat
gratuïta

Berenar infantil amb productes locals

Hora: 17.30 h

Lloc: plaça de la Vila

Vine a jugar al joc de l'Holawatty, a càrrec d'ICAEN

Horari: 17.30 a 20 h

Lloc: plaça Pere Rigau



Actuació familiar “Postres de Música”, a càrrec de Corderroure Produccions

Hora: 18 h

Lloc: plaça de la Vila

Show cooking “La cuina de rebost” a càrrec d'Arnau París, el cuiner de Cuines de TV3 i guanyador de MasterChef, amb cuineres de Torroella

Hora: 19 h

Lloc: plaça de la Vila



Tastets de productes de proximitat

Hora: 20 h

Lloc: plaça de la Vila

Venda de
tiquets a la
mateixa
plaça

DISSABTE 26 d'abril

Mercat d'artesanía i alimentació de proximitat

Hora: de 10 a 20 h

Lloc: pg. de Catalunya

Mercat de Món Empordà, productes ecològics, artesanals i de km 0

Hora: de 10 a 20 h

Lloc: pg. de Catalunya

Organitza: Associació Món Empordà

Fem boles de Nendo Dango, a càrrec dels serveis pedagògics del **Parc Natural del Montgrí, les Illes Medes i el Baix Ter**. *La nendo dango de Fukuoka és una tècnica de reforestació amb boletes d'argila i llavors.*

Horari: de 10 a 12 h

Lloc: plaça Pere Rigau



Show cooking d'esmorzars saludables, a càrrec de l'**Astrid Barqué**, dietista, educadora física i llicenciada en Ciències de l'Esport

Hora: 10 h

Lloc: plaça de la Vila

Organitza: Àrea de Salut

Gimcana saludable a càrrec de Talleret Craft & Le Caramel, 5 proves participatives i de premi un esmorzar saludable

Hora: de 10.30 a 13.30 h

Lloc: plaça Pere Rigau

Show Cooking
“De la terra al plat”, a
càrrec de productors
i restauradors del
municipi.

Activitat conduïda per
Maite Escribà de
@TopCatalanRestaurants

Hora: 11.30 h

Lloc: plaça de la Vila



Animació itinerant “Monsieur Florian i la
Circus Band”, a càrrec de la Cia. d’Arts de Carrer

Hora: de 12 a 13 h

Lloc: plaça Pere Rigau



Dona +40, les claus
per sentir-se bé a
la premenopausa i
menopausa, a càrrec
de **Carla Romagosa,**
nutricionista
especialitzada en
menopausa.

Hora: 17 h

Lloc: auditori del Museu
de la Mediterrània

Animació itinerant “Monsieur Florian i la Circus Band”, a càrrec de la Cia. d'Arts de Carrer

Hora: de 17 a 18 h

Lloc: plaça Pere Rigau



**Espectacle familiar
“Una carretada de contes”, a càrrec de La Guilla Teatre**

Hora: 18 h

Lloc: plaça dels Dolors

**Show Cooking,
a càrrec d'Ada Parellada
restauradora
i propietària
del restaurant
Semproniana**

Hora: 18.30 h

Lloc: plaça de la Vila



Intercanvi cultural amb el grup Andra Mari de Galdakao el País Basc i el grup Montgrí Dansa

Hora: 19 h **Lloc:** pati del Museu de la Mediterrània

Durant la setmana de la Fira Empordà, cuina i salut, anima't i fes tastets de salut.

**Els següents centres esportius us ofereixen
una jornada de portes obertes, amb classes
gratuïtes, per fer salut:**

Improvement, centre d'entrenament, rendiment i salut.
Ronda països Catalans, 10 - Torroella de Montgrí
Info + inscripcions: [Improvement](#)

La Salada Ioga
C/ dels Dolors, 8 local 3 - Torroella de Montgrí
Info + inscripcions: [SaladaIoga](#)

Functional Training Center
C/ Porta Nova, 48 - Torroella de Montgrí
Info + inscripcions: [FTC](#)

Wave Crossbox
C/ del Transport, 32 (nau C)
Info + inscripcions: [WaveCrossbox](#)

**Activitats dirigides Ajuntament de Torroella de
Montgrí**
Pavelló Municipal d'Esports. Ronda Pau Casals, s/n
Info + inscripcions: [AgendaTorroella](#)

També podeu trobar més informació i les inscripcions a la web
de l'Agenda d'Activitats de l'Ajuntament de Torroella de Montgrí,
al 972 755 181 o a promocioeconomica@torroella-estartit.cat

Entitats esportives del municipi
<https://www.torroella-estartit.cat/ca/esportives.html>

I no et perdis...

1 de maig, la **43a Festa del Pedal Torroella de Montgrí, a càrrec del Club Ciclista Montgrí**

Del 15 de maig al 15 de juny de 2025, les **Jornades Gastronòmiques del Sonso de l'Estartit**

17 de maig de 2025, esmorzar de pescadors:
Sonsada popular, a les 11 h del matí

L'organització es reserva el dret de modificar aquest programa d'activitats si causes imprevistes ho fan necessari. Aquests canvis s'anunciaran a les xarxes socials de l'Ajuntament de Torroella de Montgrí.



**Ajuntament de
Torroella de Montgrí**



Diputació de Girona



Generalitat de Catalunya
Institut Català d'Energia



Parc Natural
del Montgrí, les Illes Medes
i el Baix Ter



Museu de la
Mediterrània



CONSORCI PER A LA
NORMALITZACIÓ
LINGÜÍSTICA



DOME de
girona



ABS Torroella de Montgrí
Serveis de Salut Integrats



gisfera
COOPERATIVA GARDANTENTAL



IMPROVEMENT
CENTRE D'ENTRENAMENT
RENDIMENT I SALUT

