

BENE STAR I VIDA

Jornades de Turisme
de l'Alt Maestrat
12-13 setembre 26



ALT
MAES
TRAT

On tot comença



CASTELLÓ



COMUNITAT
VALENCIANA



BENE STAR I VIDA

Jornades de Turisme
de l'Alt Maestrat
12-13 setembre 26

Dissabte, 12 de setembre

10.30 h – Inauguració de la fira.

Fira de productes artesanals Alt Maestrat.

11.00 h – L'Artiga, memòria de la terra: la saviesa silvestre de la nostra botànica.

Xarrada sobre els beneficis de les plantes silvestres de l'Alt Maestrat. Impartida per Corinne, remeiera, Dona de Terra.

Lloc: Sant Pau, Albocàsser. Places limitades.

11.30 h – Taller en família, joc en la natura.

Taller impartit per Somnia.

Lloc: Sant Pau, Albocàsser.

17.00 h – Oli d'oliva i fruits secs de l'Alt Maestrat: realment en coneixes els beneficis?

Xarrada impartida per la nutricionista Nerea Traver.

Lloc: Antic Forn, la Serratella. Places limitades.

17.30 h – Ritual de Bellesa Conscient. Consells, rutina i cosmètica natural. Impartit per Elena Galisteo.

Lloc: Sant Pau, Albocàsser.

19.00 h – Capvespre de ioga holístic i moviment.

Activitat impartida per Maica Llorens.

Lloc: Ermita de Sant Joan Nepomucé, la Serratella.

Places limitades.

BENE STAR I VIDA

Jornades de Turisme
de l'Alt Maestrat
12-13 setembre 26

Diumenge, 13 de setembre

9.30 h – Eixida interpretativa pel paisatge de l'Alt Maestrat.

Caminada guiada per Activam.

Eixida: Sant Pau, Albocàsser.

Distància: 12 km.

Es recomana portar calçat adequat, aigua i alguna cosa per a menjar. Places limitades.

10.30 h – Obertura de la fira.

11:30 h – Tast d'Olis d'oliva Verge Extra Fogà.

Lloc: Sant Pau, Albocàsser. Places limitades.

12.30 h – Moure el cos, cuidar la ment: esport, natura i benestar psicològic.

Xarrada impartida per la psicòloga Abril Pitarch Tena.

Lloc: Sant Pau, Albocàsser. Places limitades.

Disponibilitat d'autobús Sant Pau (Albocàsser) – Serratella.
Serratella- Sant Pau (Albocàsser).

Reserva bus: WhatsApp 611275847 /
turisme@mancomunitataltmaestrat.es

Reserva activitats: WhatsApp 611275847 /
turisme@mancomunitataltmaestrat.es

Més info: altmaestrat.com