

21 – 24 de juliol

Prat Gran – La Massana



LA SERENALLA

— MARKET —



www.lamassana.ad



La Massana



@laserenalla
@lamassana

Co-Haboren:



Participa:



HORARI MARKET DE 17h A 00h

17h INAUGURACIÓ

Comitiva amb tallada de cinta i passeig per totes les zones.

17.30h - 19h ESPAI IOGA VINYASA IOGA I AUTOMASSATGE

A càrrec d'Albina Furman de Komorebi Espai Ioga i Dersú Carmona d'Ahava estètica natural.
5€ Inscripció.

17.30h - 19.30h TALLER OBERT I ROTATIU

SCRAPBOOKING: "CACTUS KAWAII"

A càrrec de Marta García. T'agradaria fer un cactus Kawaii que, a més a més, sigui un portallapis?
Per a nens de 7 a 12 anys.

17h - 20h STREET ART MURAL A "PORTOBELLO"

PERFORMANCE URBANA D'ART PER DFP GRUP MURALAND

Els artistes José Manuel Ramos i David Segura creen durant cada dia de la Serenalla una obra mural sobre plafons. Pintura mural i tècnica de grafit.

18.30h ÀGORA 1

SOBRE EL CREIXEMENT SOSTENIBLE: TURISME REGENERATIU I MOBILITAT

Dinàmiques de creixement sostenible econòmic i social que afecten directament el turisme i nous costums de mobilitat. Noves formes d'afrontar els reptes de futur.

20h ESPAI MÚSICA 1

MANU & THE VODKA'S EN CONCERT

Rock-and-roll i a ballar amb aquesta banda andorrana de quatre músics que ens oferirà un concert de versions que tots coneixem!

21.45h CINEMA ILLA CARLEMANY

"EL GRAN BLAU"

Film dirigit pel francès Luc Besson i protagonitzat per Jean-Marc Barr, Rosanna Arquette i Jean Reno.

RESERVES PRÈVIES DE LES ACTIVITATS DE LA SERENALLA MARKET ANDORRA 2022

KOMOREBI ESPAI IOGA, CONSCIÈNCIA ORGÀNIC
DE MOHIT HEMNANI AHAVA CENTRE D'ESTÈTICA
NATURAL I ANDORRA CLUB CICLISTA:

Per inscripcions contacta'ns per WhatsApp al
+376 682 268 o entra a l'enllaç del QR.



HORARI MARKET D'11h A 00h

11h ESPAI IOGA

HATHA IOGA MEDITACIÓ I DEGUSTACIÓ DE KOMBUCHA

A càrrec de Marta Rosinach de Komorebi Espai ioga. Degustació amb Mohit Hemnani de Consciència Orgànica.

17h - 19h TALLER OBERT I ROTATIU

TALLER DE CARTÓ 3D: ANIMALS FANTÀSTICS

A càrrec de Gemma Piera. Creareu animals de cartró articulats que obriran i tancaran la boca. Per a nens a partir de 6 anys.

17h - 20h STREET ART MURAL A "PORTOBELLO"

PERFORMANCE D'URBAN ART PER DFP GRUP MURALLAND

Els artistes José Manuel Ramos i David Segura creen durant cada dia de la Serenalla una obra mural sobre plafons. Pintura mural i tècnica de grafit.

17.45h ESPAI IOGA

SESSIÓ DE PILATES BALANCE

Meet up Lolë a càrrec de les ambaixadores, Sara García i Eva Rodríguez.

18.30h ÀGORA 2

SOBRE LA COMUNICACIÓ PER LA PAU: SABEM DIALOGAR?

Repassant els valors del diàleg per la pau ens centrem en les claus per a una millor comunicació entre nosaltres: professional, veïnal o familiar.

21h ESPAI MÚSICA

CONCERT DE LA CORDA FLUIXA

La Corda Fluixa és un grup musical creat el 2018 per quatre amics d'un poble de la Cerdanya que comparteixen una mateixa passió: la música. Ens presenten els seus últims treballs com Mirant endins (Guspira Records, 2021).

22.45h CINEMA ILLA CARLEMANY

SORTIR DE L'ARMARI / SHAKIRA CONCERT A PARIS

Depenen de la climatologia us donarem una sorpresa!

RESERVES PRÈVIES DE LES ACTIVITATS DE LA SERENALLA MARKET ANDORRA 2022

MASTERCLASS ZUMBA, BOOT CAMP CIRCUIT I CIRCUIT D'AGILITAT PER PRINCIESPORT: Per reserva prèvia entra a [l'enllaç del QR](#). Per més informació truca al + 376 394 297.



MEET UP LOLË RUNNING i PILATES BALANCE:
Places limitades! Reserva trucant al +376 860 440

HORARI MARKET D'11h A 00h

9.30h - 10h **ESPAI IOGA**

20' IOGA MORNING & TEA I 90' SORTIDA CICLISTA

Ioga a càrrec d'Albina Furman de Komorebi Espai Ioga. Sortida de bicicleta de carretera guiada per Xary Rodriguez d'Andona Club. Inscripció gratuïta.

10h - 11.30h **ESPAI IOGA**

HATHA IOGA I TASTET TOAST

Ioga a càrrec d'Albina Furman de Komorebi Espai Ioga i Dersú d'Ahava estètica natural. Tastet de torrada d'humus de remolatxa i Brownie vegà i xerrada sobre el sucre i les seves alternatives per Mohit Hemnani de Consciència Orgànica.
5€ Inscripció.

11h - 12h **ESPAI IOGA**

CONCERT DE KAILASH DE BOLS TIBETANS

A càrrec de Thubten Samten. Sonoterapeuta Diplomat.

11.30h - 13.30h **TALLER OBERT I ROTATIU** TITELLES: ANIMALADES I TITELLES

A càrrec d'Emma Regada. Confecció de titelles d'animals per crear una història.

12h **ÀGORA 3**

SOBRE LA PARTICIPACIÓ CIUTADANA: EL COL·LECTIU COM A EINA DE PROGRÉS

Tractarem, des d'una perspectiva més humana, com el col·lectiu, com a eina social, pot ajudar les persones.

13.30h **ÀGORA 3** MELICOTÓ

Actuació a càrrec dels germans Laia i Marc Rodríguez.

14.30h **SOLÀRIUM** PAELLA AMB ABUNDI MONTERDE

Taller de paella amb Abundi, amb la col·laboració de l'empresa Gallina Blanca.

17h - 19h **TALLER OBERT I ROTATIU** SCRAPBOOKING: "A L'ESTIU VE DE GUST UN GELAT"

A càrrec de Marta Garcia. Creareu el vostre gelat i tindreu, en acabar, una llibreta amb molta brillantina. Per a nens de 7 a 12 anys.

17h - 20h **STREET ART MURAL A "PORTOBELLO"**

PERFORMANCE URBANA D'ART PER DFP GRUP MURALAND

Els artistes José Manuel Ramos i David Segura creen durant cada dia de la Serenalla una obra mural sobre plafons. Pintura mural i tècnica de grafit.

18.10h - 20h **ESPAI PRINCIESPORT** BOOT CAMP CIRCUIT

Activitat per adults a càrrec de Gela Cantero. Entrenament de tipus militar per a treballar la força i la resistència física.

19h **ÀGORA 4**

SOBRE LA CIÈNCIA I L'EVOLUCIÓ DEL PENSAMENT: ELS DESCOBRIMENTS MÉS SORPRENENTS

Física quàntica: què és i en què ens afecta. Repassarem els últims descobriments.

20.15h **ÀGORA 5**

DIRECTE DE FVCK & LLOC

Programa en directe conduït per joves sense pels a la llengua, que opinen i discuteixen sobre l'actualitat del país en clau humorística i en format radiofònic.

21h **ESPAI MÚSICA 2 "PORTOBELLO"** GREEN NOTE

Concert de bossa nova i jazz, a càrrec del duo musical massanenc.

22h **ESPAI MÚSICA HEINEKEN**

MIQUI PUIG DJ PISTA DE FUSTA ICAT

Tots a ballar al ritme de la música que punxa aquest DJ de Barcelona i que ens acompanya cada dia des del programa Pista de Fusta a Icat.

HORARI MARKET D'11h A 00h

10h - 11h 30 **ENTRADA MARKET MEET UP LOLÈ & BRUNCH SERENALLA**

Sortida (45') de running amb la Sara García amb un brunch saludable per restablir energies!

11.30h - 13.30h **TALLER OBERT I ROTATIU MAQUILLATGE I PINTACARES**

A càrrec d'Emma Regada; maquilla't per convertir-te en un animal o en el teu personatge preferit.

12h **ÀGORA 6**

SOBRE LA SALUT I EL BENESTAR III: QUE SÓN LES TERÀPIES INTEGRATIVES

Noves teràpies que ens ajuden al coneixement d'un mateix i a treure el millor de nosaltres.

14.30h **SOLÀRIUM PAELLA AMB ABUNDI MONTERDE**

Taller de paella amb Abundi, amb la col·laboració de l'empresa Gallina Blanca.

17h - 19h **ESPAI IOGA TALLER MOU L'ESQUELET**

A càrrec d'Emma Regada. Experimenta les sensacions del teu cos amb el ritme de la música d'altres cultures. Per a nens a partir de 5 anys.

17h - 20h **STREET ART MURAL A "PORTOBELLO"**

PERFORMANCE URBANA D'ART PER DFP GRUP MURALAND

Els artistes José Manuel Ramos i David Segura creen durant cada dia de la Serenalla una obra mural sobre plafons. Pintura mural i tècnica de grafit.

18h - 19h **ÀGORA 7 CLUB DE LECTURA: VISIONS DE POETES I RAPSODES**

Conduït per Elena Aranda i La Trencia llibreria ens faran gaudir de la poesia de la mà d'Eva Arasa Altamira, Josep Enric Dallerès i Bruna Generoso. Amb la jove solista Milena Tena Martínez al violoncel.

18h - 20h **ESPAI PRINCIESPORT CIRCUIT D'AGILITAT**

Activitat familiar a càrrec de Gela Cantero. Circuits d'entrenament que posaran a prova l'agilitat de tota la família.

18.30h - 19.30h **ESPAI PRINCIESPORT MASTERCLASS ZUMBA**

Activitat familiar a càrrec de May Ortega. Ball coreografiat al ritme de música actual.

20h **ESPAI MÚSICA 2 "PORTOBELLO" TRIO VIBRAND EN CLAU DE SOUL**

Virginia Yáñez (Coco), al teclat; Marc Milian (Marcush), al baix i contrabaix, i Dante Falótico, a la bateria.

22h **ESPAI MÚSICA HEINEKEN**

FESTA DE CLAUSURA AMB ANDRÉ VINCENZZO I CARLOS DOMÍNGUEZ & JOHN HOLT

DJ i productors musicals conduiran la festa de clausura Club Party part II de la Serenalla Market.



ZONA PRINCIESPORT
TRX
FITNESS
ZUMBA

ZONA PRINCIESPORT
TENIS

- ZONA ÀSIA
- ZONA ÀFRICA
- ZONA AMÈRICA
- ZONA EUROPA
- ZONA OCEANIA
- CARPES
- FOODTRUCKS / GASTRONOMIA
- ASSOCIACIONS I ALTRES



LA SERENALLA

— MARKET —

LLEGENDA MAPA

FOODTRUCKS / GASTRONOMIA

- F1 LA CREPERIA DE LA GEMMA** Creps i galetes sense gluten.
- F2 VALLNORD PAL- ARINSAL** Línia de menjar saludable.
- F4 MENJ'AM SESSIONS** Hamburgueses d' Angus, vedella (eco), poltre (eco), natxos, hummus, xips & hamburguesa vegetal.
- F5 ROAD & ROLLS** Fränkfurts i hamburgueses especials.
- RG1 PATATA ARTESANA ANDINA** Patata i moniato.
- RG7 FAMILY GINS** Còctels especials amb fruites.
- LA CASA DEL DOLÇ**
- RG16** Laminadures sense gluten, fetes amb suc natural.

PÈRGOLES PRODUCTE PORTOBELLO

- N1 ADRIANA GUERRA** Pentinats, trenes, talls de cabell.
- N2 BETSARTE** *Body Painting*.
- N3 CONTRALUCES** Fotografia, venda de fotos, clauers i imans amb les fotos fetes al *market*.
- N4 ERA VERDA** Oïls rics en Cannabidiol, cosmètica i antiinflamatori CBD.
- N5 ALOE VERA FOREVER LIVING** Productes a base d'aloè vera (complements alimentaris, higiene personal i cosmètica).

PÈRGOLES GASTRONOMIA PORTOBELLO

- N6 COFFEE MOUNTAIN** Esmorzars i sandvitxos (*Brunch*)
- N7 GRUP GASTRONÒMIC GONG** Coctails i més, menjar mexicà, entrepans i tapes.
- N8 MGI GASTRONOMICO (Tomás Peris)** Productes gourmet, bio de proximitat i celler.
- G2 CERVESES ARTESANALS** Cerveeses.
- G4 SENTRO'20** Cuina filipina de fusió.
- G5 ANA CEREZO PERNILEA!** Pernil, aperitiu gourmet, vermut, vins i caves.
- G6 CELLER DEL PIRINEU** Vins.
- G8 CASA RAUBERT FORMATGERIA** Formatges i productes làctics.
- G9 GANESHA TEMPTACIONS** Pa, empanada gallega i pastisseria artesana
- G10 CASA BERGÉ** Fruits secs, vermut, aperitiu i conserves.
- G11 FORN FRANQUESA - COQUES DE PERAFITA** Pa i coques.
- G12 CONSCIÈNCIA ORGÀNIC** Productes ecològics gourmet i Kombucha a granel.
- G13 AUTÈNTIC ABELLES** Mels i derivats 100% d'Andorra.
- G14 GUAPALETAS** Polos i gelats.

CARPES

- 1 AHAVA ESTÈTICA NATURAL BY KOMOREBI** Productes ayurvèdics i nutrició.
- 2 BRUMA CERÀMICS** Ceràmica artesana.
- 3 BosCa** Bosses i complements de macramé.
- 4 KARINÚ** Roba ecològica per a nadons de 0 a 24 mesos.
- 5 POCIONS DE LLUNA NOVA** Cosmètica natural amb plantes d'Andorra i complements fets a mà.
- 6 BIJÚ-CERÀMICA i ALFONS VALDÉS** Bijuteria en ceràmica, dibuix i pintura.
- 7 MAMINAT** Cosmètica natural i ecològica.
- 8 ÀMATE** Artesania en joies.
- 9 COLOR BOTÀNICA** Tints naturals en roba i complements.
- 10 BeArt** Joies de macramé amb plata, bronze i pedres semiprecioses.
- 11 FORTIOR** Llums, decoració i més complements.
- 12 SARDINETTE** Bolsos, diademes i tops.
- 13 SOM DE BOSC** Joies amb flors reals i resina.
- 14 SUMI WITH SOUL** Bosses de mà i complements elaborats amb teles japoneses. Quimonos autèntics del Japó.
- 15 CAPRICO DE LUNA** Cosmètica d'higiene i bellesa artesana ecològica.
- 16 TALLER KO & KO** Objectes de decoració i complements de moda.
- 17 SHIORI** Joies, bosses, complements i roba amb seda natural i cotó.
- 18 ANDOBELLO** Roba de segona mà vintage.
- 19 OLD LIVING ANDORRA** Roba de ioga i esport.
- 20 NWPD** Roba i complements esportius.
- 21 TICA MICA** Accessoris tèxtils per a nens i nadons. Productes fets a mà.
- 22 LECOEURDELAMADAME** Complementos i roba boho.
- 23 L'AMANIDA** Roba de dona.
- 24 DETOTUNAMICA** Bosses de mà i motxilles, fetes amb robes de temporades i sargues reciclades.
- 25 AMMA MESSAGES BIEN-ÊTRE (Ana Maubousin)** Venda de productes de cosmètica natural, Thalàxia, oïls essencials de *Young Living* i massatges.

ALTRES

- SP1 SADHAN MUSKAAN, ONG** de nens de l'Índia. Samarretes orgàniques, punts de llibres.
- SP2 RAFAELES EDEN** Menjar vegà i artesania.
- SP3 GosSOS** Difusió de l'adopció i productes solidaris.
- SP4 LAIKA** Manualitats, merxandatge propi, fotos dels animals en adopció.
- SP5 COMAPEDROSA COMÚ DE LA MASSANA**

ESPAI ÀGORA

DIJOURS 21 18.30h: ÀGORA 1

SOBRE EL CREIXEMENT SOSTENIBLE:
EL TURISME REGENERATIU

Silvia Calvo Armengol. Andorra

Ministra de Medi Ambient, Agricultura i Sostenibilitat

MODERADOR: Josep Marticella. Andorra

Director General de Vallnord

PONENTS: Maria Faura i Pedrals. Puigcerdà

Coordinadora de l'Àrea de Turisme del Consell Comarcal de la Cerdanya

Xavier Godàs Pérez. Vilassar de Dalt

Doctor en Sociologia, consultor a Estratègies de Qualitat Urbana i exalcalde de Vilassar de Dalt

Gerard Costa Orriols. Barcelona

CEO d'Anigami Experiències

Raul Ferré Matas. Andorra

Ambaixador de la mobilitat sostenible FEDA

DIVENDRES 22 18.30h: ÀGORA 2

SOBRE LA COMUNICACIÓ DE LA PAU:
SABEM DIALOGAR?

MODERADORA: Mònica Bordas Subirats. Andorra

Periodista. Postgrau en Mediació i Resolució de Conflictes

PONENTS: Rafael Llinàs Salmeron. Barcelona

Psicòleg, mediador i professor. Coautor del llibre

La mediació ciutadana: una nova política pública

Alba Castellvi Miquel. Sant Sadurní d'Anoia

Sociòloga, mediatra i educadora

Assessora de pares en temes familiars

Autora, entre altres, dels llibres *Educar sense*

criidar i *Educar adolescents*

Ramon Tena Pera. Andorra

Mediador i fundador de l'empresa Dialoga

DISSABTE 23 12h: ÀGORA 3

SOBRE PARTICIPACIÓ CIUDATANA:
EL COL·LECTIU COM A EINA DE PROGRÉS

MODERADORA: Patty Bafino Iglesias. Andorra

Cap de Servei de Joventut i Participació Ciutadana del Comú d'Andorra la Vella.

PONENTS: Judith Pallarés Cortés. Andorra

Ministra de Afers Socials, Joventut i Igualtat

Eva Tenorio. Andorra

Presidenta i dinamitzadora de Projecte Vida

Laura Comas. La Garrotxa

Economia social i dinamitzadora comunitària a Resilience Earth

Yvan Lara Sánchez. Andorra

Polític i investigador a Andorra Recerca + Innovació

18.30h: ÀGORA 4

SOBRE LA CIÈNCIA I L'EVOLUCIÓ DEL
PENSAMENT: ELS DESCUBRIMENTS MÉS
SORPRENENTS

MODERADOR: Sergi González Camacho. Andorra

Emprenedor i CEO de les empreses Alpeomatic i Bearomic
Experiències olfactivas

PONENTS: Sonia Fernández-Vidal. Barcelona

Investigadora científica, divulgadora i escriptora

Ignasi Ribas. Barcelona

Astrofísic i Director de l'Institut d'Estudis Espacials de Catalunya (IEEC) i investigador a l'Institut de Ciències de l'Espai (ICE) del CSIC

Jordi Mompert. Barcelona

Doctor en física quàntica i professor de física a la UAB

DIUMENGE 24 12h: ÀGORA 6

SOBRE LA SALUT I EL BENESTAR:
QUE SÓN LES TERÀPIES INTEGRATIVES

MODERADORA: Eva Martínez Pifarré. Andorra

Professora d'arts plàstiques i artista

PONENTS: Dra. Elena Bejarano. Barcelona

Medicina global integrativa

Dra. María Pérez Benitez. Barcelona

Medicina Integrativa i Biorreguladora

Inma Rodríguez Ferrer. Barcelona

Infermera consultora i terapeuta especialitzada en Ayurveda i Gestalt

Jess Morillon Sanz. Andorra

Terapeuta en Medicina Xinesa i Co-Directora de Planeta Verd

18h: ÀGORA 7

CLUB DE LECTURA:
VISIONS DE POETES I RAPSODES

MODERADORA: Elena Aranda

PONENTS: Eva Arasa Altimira

Josep Enric Dallerès

Bruna Generoso

SOLISTA VIOLONCEL:

Milena Tena Martínez