

El Ripollès torna a caminar per l'envelliment actiu

El Consorci de Benestar Social del Ripollès organitza cinc caminades del 23 al 29 de setembre

El Ripollès tornarà a caminar per l'envelliment actiu del 23 al 29 de setembre. Per segon any, el Consorci del Benestar Social del Ripollès, així com ajuntaments, entitats i associacions del a comarca, han organitzat cinc caminades per a la gent gran a Campdevàrol, Camprodon, Ribes de Freser, Ripoll i Sant Joan de les Abadesses. L'any passat [van caminar 200 persones](#) en tres marxes simultànies.

Al [blog de l'Envelliment Actiu](#) hi ha tota la informació de l'activitat. Des del Consorci de Benestar Social es convida als participants a portar la càmera fotogràfica [enviar un màxim de cinc fotografies al correu electrònic de l'entitat](#) per tal de realitzar una exposició *online* que es publicarà al blog de la caminada.

Programa de caminades per l'envelliment actiu

Camprodon: dimecres 25 de setembre

Hora de sortida 10.00 hores

Recorregut: S'iniciarà a la plaça Santa Maria fins arribar a la Font del Faig, que serà sobre les 11 hores del matí on el participants signaran en el llibre d'honor i a continuació hi haurà esmorzar per a tots. Després es retornarà al punt de partida a la plaça Santa Maria. Per les persones que vagin en cadires de rodes hi haurà el suport de Creu Roja que farà l'acompanyament durant tot el camí.

Inscripcions: Les inscripcions són gratuïtes i es poden fer a la Residència de Camprodon o bé al Casal de la Gent Gran de Camprodon, a partir del dia 12 fins al 25 de setembre, també al lloc de sortida.

Refrigeri: Tindrà lloc a mig recorregut a l'arribada a la Font del Faig sobre les 11 hores del matí.

Entitats organitzadores: Residència Geriàtrica Municipal de l'Hospital, Casal de la Gent Gran, curs de 4art de l'Escola Robert de Camprodon, Consell Comarcal, Consorci de Benestar Social del Ripollès i la col·laboració de Creu Roja de la Vall de Camprodon.

Campdevàrol: dijous 26 de setembre

Hora de sortida 11 hores.

Recorregut: S'iniciarà davant de l'Ajuntament per continuar en direcció a la plaça de la Dansa, Passeig Verdager (Font de Can Branques) i finalitzar a la Pista Coberta.

Inscripcions: Les inscripcions són gratuïtes i s'han de fer a l'Ajuntament en horari d'oficina a partir del dia 12 fins al 25 de setembre, també al lloc de sortida.

Refrigeri: Tindrà lloc al finalitzar el recorregut a la Pista Coberta.

Entitats organitzadores: Residència Assistida i Centre de Dia Comarcal de Campdevàrol, Grup Excursionista de Campdevàrol i l'Associació Ripollès Cor, Ajuntament de Campdevàrol, Consell Comarcal i Consorci de Benestar Social del Ripollès.

Ribes de Freser: dijous 26 de setembre

Hora de sortida: 10.30 hores

Recorregut: S'iniciarà al Passeig Guimerà, passant per darrera de l'Hotel Catalunya, Font de la Margarideta i tornada al punt de sortida. Els usuaris de la Residència només faran el tram del Passeig Guimerà, esperant a la resta de participants a l'arribada.

Inscripcions: Les inscripcions són gratuïtes i s'han de fer al Casal de la Gent Gran, a la Residència i a l'Associació de Dones.

Refrigeri: Amb coca i xocolata.

Entitats organitzadores: Associació de Dones de Ribes de Freser, Casal de la Gen Gran, Creu Roja Ripoll i Consorci de Benestar Social del Ripollès.

Ripoll: dijous 26 de setembre

Hora de sortida 10.30 hores

Recorregut: La sortida serà al Pla d'Ordina i es continuarà el recorregut fins l'arribada a la Font del Tòtil.

Inscripcions: Al Club Casal dels Avis de Ripoll, situat al Passeig Comte Guifré s/n, cada dia de 15 a 19 h, també al Casal de la Gent Gran de Ripoll, situat al carrer Dr. Ragner, 20, cada dia de 10 a 13.30 h i de 15 a 20 h, a partir del 12 fins al 25 de setembre, cost d'1 euro per participant i el mateix dia 2 euros.

Refrigeri: A la Font del Tòtil amb coca, xocolata i aigua, tindrà lloc al acabament de la marxa sobre les 12 hores. Entitats organitzadores: Residència Sant Eudald, Fundació Guifré, Fundació Palau, Club Casal dels Avis de Ripoll, Casal de la Gent Gran de Ripoll, Oficina de Benestar Social i Família de Ripoll, Club Excursionista Ripoll, Ajuntament de Ripoll, Creu Roja, Protecció Civil, Associació de Dones de Ripoll, Consell Comarcal i el Consorci de Benestar Social del Ripollès.

Sant Joan Abadesses: diumenge 29 de setembre

Hora de sortida 10.30 hores

Recorregut: S'iniciarà al Parc Urbà de Salut situat a la plaça Barcelona i es seguirà un itinerari curt amb un recorregut de 2,6 km, per finalitzar al mateix lloc de sortida. Els participants hauran de firmar al control de sortida.

Inscripcions: Les inscripcions són gratuïtes i s'han de fer al Centre Cívic El Palmàs de Sant Joan de les Abadesses, (obert tots els dies de 4 a 8h de la tarda i dimarts de 10 a 1h). Les inscripcions a partir del 12 fins al 27 de setembre, també al lloc de sortida. El dia de la marxa hi haurà un llistat dels participants per tal de tenir constància dels mateixos.

Refrigeri: Tindrà lloc al acabament de la marxa sobre les 12h al Parc de Salut.

Entitats organitzadores: Fundació Emma, Ampa IE Sant Joan de les Abadesses, Protecció Civil, Associació El Ripollès Cor, Casal dels Avis, Unió Excursionista de Sant Joan de les Abadesses, Oncolliga, l'Associació de Dones de Sant Joan de les Abadesses, Grup Esplai Somnis, Ajuntament de Sant Joan de les Abadesses i Consorci de Benestar Social del Ripollès.

Tot el recorregut estarà degudament senyalitzat amb un màxim previst d'una hora de durada i accessible per a persones amb dificultats de mobilitat, cadires de rodes, cotxets de nadons... En cas de pluja, s'anul·larà l'activitat.