Ripoll celebrarà el 7 de juny la vuitena Jornada Sènior

El Ripollès | 27/05/2024 | 19:21



La vila ofereix de franc activitats de lleure, esportives i culturals als més grans de 55 anys

Ripoll celebrarà el divendres 7 de juny la vuitena Jornada Sènior, un dia amb activitats gratuïtes culturals, esportives i de lleure dedicades a les persones més grans de 55 anys. En alguns casos cal una inscripció prèvia, que es pot fer presencial als Casals Cívics i Comunitaris La Devesa del Pla i Ripoll-Centre o bé en línia, enviant un correu electrònic a comunicacio@ajripoll.cat.

L'acte arrencarà amb un esmorzar saludable a les 9.15 a la plaça de l'Ajuntament, on hi haurà un Espai de Salut, en el qual professionals del CAP de Ripoll faran un petit reconeixement mèdic a qui ho desitgi. També serà en aquest espai, que es podrà provar l'activitat En Bici Sense Edat, en la qual voluntari porten a passejar a la gent gran o persones amb mobilitat reduïda amb un tricicle adaptat.

A les 9.40 començarà la primera activitat, Activa't; amb moviments saludables i estiraments actius per despertar el cos. Serà a la plaça de l'Ajuntament, sense inscripció prèvia.

Així mateix, es podrà fer una visita al Balneari Montagut, edifici catalogat a l'Inventari del Patrimoni Arquitectònic de Catalunya, amb un autocar que sortirà des de la plaça de l'Ajuntament a les 10.20. Les places són limitades i cal inscripció prèvia. També amb inscripció prèvia i en dos torns, es proposa la visita passeig a Comerços Emblemàtics per conèixer anècdotes i la història de diferents establiments que ja viuen a la memòria de la nostra vila. Serà a les 10.30 i a les 16 amb punt de sortida al Museu Etnogràfic.

A les 10.30, sortint des de la plaça de l'Ajuntament es podrà fer un tastet de Marxa nòrdica. No calen coneixements previs però si inscripció.

Al Museu, a les 17 hi ha prevista la xerrada Consells per conciliar el son, que acabarà amb un tastet d'infusions. Les places són limitades i cal inscripció prèvia.

L'activitat continuarà a les 17.30 la plaça de la Lira amb ball en ínia, i tot seguit al mateix lloc, el Consorci de Benestar Social del Ripollès oferirà la dinàmica Desemmascarem el Maltractament.

La jornada acabarà a les 18.30 amb un concert de Cafè Trio a la plaça de la Lira i un berenar popular.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/noticia/239092-ripoll-celebrara-el-7-de-juny-la-vuitena-jornada-senior.htm