

Ripoll celebrarà el 7 de juny la vuitena Jornada Sènior

El Ripollès | 27-05-2024 | 19:21

8A JORNADA SÈNIOR

RIPOLL 2024 - Divendres, 7 de juny

9.15 h TROBADA I INAUGURACIÓ DE LA JORNADA

Esmorzar.

Espai de salut a càrrec del CAP de Ripoll.

També podreu conèixer el projecte "En Bici Sense Edat".

Lloc: plaça Ajuntament.

INICI DE LES ACTIVITATS DEL MATÍ



9.40 h ACTIVA'T

Moviments saludables i estiraments actius, amb DIPSALUT.

Portar roba còmode i aigua.

👉 No calen coneixements previs!

Lloc: plaça Ajuntament.



10.20 h VISITA: BALNEARI DE MONTAGUT

Vine a visitar L'hotel balneari Montagut. Catalogat a l'Inventari del Patrimoni Arquitectònic de Catalunya, que té uns interessants interiors modernistes fruit de les reformes i construcció de l'ala sud el 1914.

Sortida amb autocar des de la plaça Ajuntament. Places limitades.



10.30 h COMERÇOS EMBLEMÀTICS

PASSEJADA PEL RIPOLL QUE VIU A LA MEMÒRIA

Coneix anècdotes i la història de diferents establiments.

Sortida des del Museu. Places limitades.



10.30 h MARXA NÒRDICA

Vine a conèixer aquest esport. A càrrec del DIPSALUT.

Sortida: plaça Ajuntament.

Places limitades.



Jornada Sènior

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 sí 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 línia, 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