

**9.25 h**

## INICI DE LA JORNADA AMB ESMORZAR, ENTREGA D'ACREDITACIONS, FOTO DE GRUP I ENTREGA DE PETIT OBSEQUI

Lloc: Pl. Ajuntament

### ESPAI DE SALUT

A càrrec del Centre d'Atenció Primària de Ripoll

**Durant tot el dia**

### AMB BICI SENSE EDAT

Matí: plaça Ajuntament - Tarda: plaça de la Lira

**9.30 h**

## INICI DE LES ACTIVITATS DEL MATÍ

### TXIQUNG

L'art de cultivar la salut. Moviment, respiració i concentració mental. A càrrec de Raül Verdaguer

Lloc: Pl. Ajuntament

Portar roba i còmoda i aigua.

No calen coneixements previs!



**10.20 h**

### VISITA AL CASTELL DE MONTESQUIU

Vine a visitar el Castell de Montesquiú, edifici declarat bé cultural, d'interès nacional i patrimoni de Catalunya!

Lloc: Sortida amb autocar des de la pl. Ajuntament

Cal inscripció. Places limitades.

**10.30 h**

### VISITA AL REFUGI ANTIAERI

La recuperació d'aquest refugi ens permet mostrar una part de la memòria històrica de la vila.

Lloc: Sortida del Museu Etnogràfic

Cal inscripció. Places limitades.



**16.00 h**

## INICI DE LES ACTIVITATS DE LA TARDA

### VISITA AL REFUGI ANTIAERI

La recuperació d'aquest refugi ens permet mostrar una part de la memòria històrica de la vila.

Lloc: Sortida del Museu Etnogràfic

Cal inscripció. Places limitades.



**17.00 h**

### TASTET DE FRUITA I CONSELLS DE SALUT

Tastet de fruita guiat amb consells de salut.

A càrrec del Centre d'Atenció Primària de Ripoll

Lloc: Museu Etnogràfic

**17.45 h**

### DESFILADA DE VESTITS DE PAPER

Vine a la desfilada de vestits de paper confeccionats per les usuàries del taller de costura del CCC Ripoll-Centre.

Lloc: Plaça de la Lira



**18.30 h**

### CONCERT DE CLOENDA

Concert a càrrec de Cafè Trio

Lloc: Plaça de la Lira

A la mitja part, berenar per a tothom



Inscripcions a partir del 29 de maig

**Presencials:**

Casal Cívic i Comunitari «La Devesa del Pla»

Casal Cívic i Comunitari «Ripoll-Centre»

**En línia:**

comunicacio@ajripoll.cat



Pla Comunitari  
de Ripoll



Generalitat de Catalunya  
Departament de Drets Socials  
**Direcció General d'Acció Cívica  
i Comunitària**



**AGRAÏMENTS**

YuanDao

EAP Ripoll-ICS Girona

Adrià Brull

Museu Etnogràfic de Ripoll

Creu Roja Ripoll

Protecció Civil Ripoll

# UN DIA PLE D'ACTIVITATS

## 7a JORNADA SÈNIOR

RIPOLL 2023 - Divendres, 16 de juny



SOM  
GRANS  
persones

ACTIVITATS GRATUÏTES  
PRÈVIA INSCRIPCIÓ  
PLACES LIMITADES