

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.

INICI DE LES ACTIVITATS DE LA TARDA



16 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.



17 h **CONSELLS PER CONCILIAR EL SON**

Trucs per conciliar el son i tastet d'infusions. A càrrec de l'Àrea Bàsica de Salut de Ripoll.

Lloc: Sala d'actes del Museu Etnogràfic. Places limitades.



17.30 h **BALL EN LÍNIA**

A càrrec d'Esme Cabanach.

Lloc: plaça de la Lira.



17.45 h **DESEMMASCAREM EL MALTRACTAMENT**

Els maltractaments a les persones grans continuen sent una realitat molt invisible. El Consorci de Benestar Social del Ripollès proposa una dinàmica per desemmascarar els maltractaments, els mals tractes i reconèixer els bons tractes. Lloc. plaça de la Lira.



18.30 h **CONCERT DE CLOENDA**

Concert a càrrec de Cafè Trio.

A la mitja part, berenar per a tothom.

Lloc: plaça de la Lira.

SOM
GRANS
persones

Inscripcions a partir del 27 de maig

Casal Cívic i Comunitari «La Devesa del Pla»
Casal Cívic i Comunitari «Ripoll-Centre»

En línia:

comunicacio@ajripoll.cat

Activitats gratuïtes (places limitades)

