

CAMINAR SALUDABLE 2022

Dimecres 12 gener - 9.30h matí

MATINAL A: Llorita Vell. Llanerres

Coneixerem les restes d'una antiga ermita molt estimada pels nostres veïns, on feien aplecs.

Coordinadora: Salomé Royo

Cal apuntar-se prèviament: Josep Grau - Mòbil 666 77 12 81



Dimecres 2 febrer - 9.30h matí

MATINAL A: Mines de Ferro de Can Palomeres.

Malgrat de Mar

A principis del S.XX, unes 120 persones treien el mineral de ferro de les entranyes de la terra, aquí, al nostre Maresme.

Coordinador: Pere Zamora

Cal apuntar-se prèviament: Josep Grau - Mòbil 666 77 12 81



Dimecres 16 febrer - 9.00h matí

MATINAL A: Castell de Sant Iscle. Vidreres

Unes boniques vistes i interessants muralles, de les que cada any a causa de les excavacions, en coneixem més coses.

Coordinadora: Carmen Areales

Cal apuntar-se prèviament: Josep Grau - Mòbil 666 77 12 81



No deixem escapar l'oportunitat de viure la natura en primera persona.

Nota

Totes les sortides seran en el Centre Cívic El Gorg

"Els Xurravins" Associació de Gent Gran

Sant Vicenç de Montalt - gener/febrer 2022 Full. 179



Bon any 2022

Horari d'oficines:

De dilluns a divendres d'11.00h a 12.00h

i dissabtes d'11.00h a 13.00h

Diumenges i festius tancat.

Telèfon 93.791.3103 - 630.34.80.64

Nou 633 572 776 - e-mail: xurravins@gmail.com



<https://elsxurravins.com>



GENER

Dilluns i dijous de 16.00 a 19.30h

JOCS DE TAULA



FEBRER

Dimarts i dijous de 18.15h a 19.15h

EN FORMA 1:

Gimnasia per la gent gran. Cal inscriures.



CURS D'INFORMÀTICA - dilluns i dijous de 10.00 a 12.00h

Encara per determinar



Divendres 4 febrer - 18.00h

LA CUINA DE LA LEO: CUIXA DE XAI FARCIDA

Al Centre Cívic el Gorg.

La Leo ens prepara un rostit farcit com ella sap fer.



Divendres 11 febrer a les 18.00h

XERRADA de la Marina Vidal, metge integrativa.

CUIDA LA NOSTRA SALUT FÍSICA I EMOCIONAL
REFORÇANT EL NOSTRE SISTEMA IMMUNITARI

Al Centre Cívic el Gorg.



Dimecres 23 febrer

EXCURSIÓ CULTURAL A VIC i CALÇOTADA

Sortida en direcció a Roda de Ter. Parada per esmorzar.

Ens traslladem a Vic. Farem una visita guiada a l'Ajuntament i al temple Romà.

Després, al restaurant per gaudir d'un dinar de calçotada.

(calçots i carxofa, escudella de pagès, semi graellada de carn -xai, pollastre i botifarra- amb patates, crema catalana, pa, aigua, vi, cafès i gotes de licor.



Preu esmorzar, visita guiada, dinar i sorteig: 50€

Horari de sortida: a les 7.30 hores del Centre Cívic i 7.40 de Sorli.



Diumenge 27 febrer - 18.00h

PRIMER BALL DE 2022

Cal inscriure's data límit el 24 de febrer.

Els Xurravins o el whatsapp del telèfon 633 572 776

