

## Nota de premsa

---

Terrassa, 8 de març de 2023

# El programa d'excursionisme per a persones grans Viure la Natura torna amb set sortides fins a final d'any

**La primera excursió, per la Ruta del Císter, tindrà lloc el proper dimecres, 15 de març**

L'Ajuntament de Terrassa torna a organitzar el programa d'excursionisme per a persones grans «Viure la Natura», que enguany proposa un total de set sortides entre el març i el novembre. La programació completa es pot consultar a <https://www.terrassa.cat/viure-la-natura>.

El programa Viure la Natura s'inscriu en la línia de promoció de l'envelliment actiu i saludable que impulsa l'Ajuntament de Terrassa. En aquest sentit, la regidora de Gent Gran, Mónica Polo, ha recordat que: **«Aquestes sortides aporten molt a les persones grans perquè permeten fer activitat física i estar en contacte amb la natura, que són dues coses fonamentals per a la salut i el benestar, però a més també serveixen per relacionar-se amb altres persones i per descobrir i aprendre coses del nostre entorn, i això sempre és molt enriquidor»**. El preu de les sortides, regulat per les ordenances municipals, tornarà a ser enguany de 14,75 euros i inclou transport i assegurança. En cada sortida s'ofereixen 48 places.

La primera de les excursions d'enguany tindrà lloc el dimecres, 15 de març. Es tracta d'un itinerari de poc més d'11 km per la comarca de la Conca de Barberà, amb sortida a Belltall i arribada a Rocafort de Queralt, passant per Forès. Tots tres pobles formen part de la Ruta del Císter. Forès, el punt més alt de l'excursió, té una privilegiada elevació que el fa un mirador natural de la Conca de Barberà i de part de la Segarra. Tanmateix, la ruta és senzilla i majoritàriament en baixada.

Les persones interessades a participar en aquesta o qualsevol altra de les excursions programades poden inscriure-s'hi trucant al Servei de Promoció de la Gent Gran (626 192 166) de dilluns a divendres de 10 a 13 h.

Durant la resta de l'any les sortides s'aniran succeint, a un ritme d'una per mes, excepte al juliol i l'agost. Al novembre hi haurà el tradicional dinar de germanor, que en aquesta ocasió tindrà lloc a Solsona. Les fitxes tècniques de cada excursió s'aniran publicant a <https://www.terrassa.cat/viure-la-natura> uns dies abans de cada sortida. També es farà difusió de cada excursió a través del canal de WhatsApp d'Activa el +60 (per donar-s'hi d'alta, cal omplir el formulari que hi ha a <https://www.terrassa.cat/activa-el-60>).

En aquest programa, l'Ajuntament compta amb la col·laboració de dues entitats que s'encarreguen de l'organització tècnica de les sortides: Centre Excursionista de Terrassa i Excursionistes.cat.