

2022 MEMÒRIA D'ACTIVITATS



Unió Excursionista de Sabadell



Unió Excursionista de Sabadell

C. Salut, 14-16- 08202 Sabadell
T. 93 725 87 12- info@ues.cat
www.ues.cat



ÍNDEX

- 04** Presentació
- 05** Junta Directiva
- 07** La UES en números
- 10** Destacats
- 13** Activitats destacades
- 14** Activitats administració/junta,
formació i comunicació
- 22** Activitats/memòria seccions

PRESENTACIÓ

El 2022 es presentava com l'any de la recuperació, de la 'normalitat', i així ho esperàvem. Però el cert és que vam començar l'any amb un augment de casos Covid derivats de les tan esperades trobades nadalenques. Tot i així, poc a poc, la Covid ha anat quedant enrere i al llarg de 2022 hem obert inscripcions per a 207 activitats en les quals hi han participat prop de 7.000 persones, on cal sumar-hi els centenars d'infants de l'esplai, el casal i l'extraescolar, i els assistents a les diferents activitats programades a la sala d'actes per a les quals no s'ha realitzat inscripció.

Ha estat un any prou reeixit venint d'on veníem. Un any en el qual hem tirant endavant nous projectes com la posada en marxa de les dues apps de la UES, la de socis i la del Rodal, o la publicació del llibre *Excursions per conèixer el rodal de Sabadell*, que ha estat tot un èxit de vendes. També ha estat un any per 'recuperar' activitats que havien quedat aparcades a conseqüència de la Covid com el Cicle de Cinema i Xerrades de Muntanya o bé la Trobada de socis i sòcies que hauríem d'haver realitzat a 2020.

És cert que la pandèmia ens ha passat factura i el 2022 no ha estat del tot l'esperat. La 'normalitat' que anhelàvem potser no tornarà com a tal. Tot, tots i totes hem canviat i ens hem anat adaptant, però sigui com sigui, continuem fent UES. Agraïr a tots i a totes els qui ho feu possible i confieu en la nostra entitat.

#somUES

La Junta Directiva
Juny 2023



Ronda Vallesana 2022

JUNTA DIRECTIVA

JUNTA DIRECTIVA fins a 22 de juny de 2022

Des de l'Assemblea General Extraordinària celebrada el 20 de juny de 2018 i com a resultat del corresponent procediment electoral i fins l'Assemblea General Extraordinària celebrada el 22 de juny de 2022.

PRESIDENT	Josep Maria Manyosa Mas
SOTS-PRESIDENT	Salvador Berdajin Sánchez
SECRETÀRIA	Maria Teresa Santasuana Casals
TRESORER	Lluís Pieri Ruiz
VOCAL	Eduard Borràs Finestres
VOCAL	Rosa Maria Figueras Bertran
VOCAL	Carme Marín Sala
VOCAL	Jordi Llurba Montesino
VOCAL	Josep Reig Carreras

COMISSIÓ GESTORA, de juny a octubre de 2022

Sense haver-se presentat cap candidatura en les eleccions convocades en l'Assemblea General Extraordinària del 22 de juny de 2022, es nombra una comissió gestora formada per les següents persones:

Josep Maria Manyosa Mas, president
Lluís Pieri Ruiz, tresorer
Maria Teresa Santasuana Casals, secretària

NOVA JUNTA DIRECTIVA, a partir del 20 d'octubre de 2022

Des de l'Assemblea General Extraordinària celebrada el 20 d'octubre de 2022 i com a resultat del corresponent procediment electoral i per un mandat de 4 anys.

PRESIDENT	Josep Maria Manyosa Mas
SOTS-PRESIDENT	Josep Navó Cordovilla
SECRETÀRIA	Maria Teresa Santasuana Casals
TRESORER	Lluís Pieri Ruiz
VOCAL	Salvador Berdajin Sánchez
VOCAL	Arnau Pineda Pascual
VOCAL	Maria Marminyà i Espin
VOCAL	Manolo Barcia Rodríguez
VOCAL	Sílvia Devesa Mèrida

SECCIONS I PERSONAL

25

RESPONSABLES SECCIONS

Comptem amb vint-i-cinc seccions esportives, culturals i socials. Algunes de les quals actualment es troben inactives per manca de relleu.

AVENTURA: Alan Ruiz / Alba Castany

BTT: Marta Vilanova

BIBLIOTECA: Carles Olivella

CAMPAMENT: Magda Picola

CASAL ESTIU: Xavi Sagrera

CULTURA: Isabel Viaplana

CURSES D'ORIENTACIÓ: Ricard Masferrer

CURSES x MUNTANYA: -

ESCOLA DE MUNTANYA: Ferran Martínez

ESPELEOLOGIA: Manel Llenas

LA GANYOTA (esplai): Ariadna Anguera, Paula López, Cèlia Pujol i Arnau Pineda (curs 2021-22)

ESQUÍ ALPÍ: Salvador Berdajin

ESQUÍ DE FONTS: -

ESQUÍ DE MUNTANYA: Oriol Carol

FAMÍLIES: Marta Pola

FOTO I VÍDEO: Mercè Boladeras i Josep Rota

GENT GRAN: Junta - administració

HISTÒRIA: Lluís Fernàndez, Marcel·lí Garriga

MARXA NÒRDICA: Maria Marminyà

LA CARENA (coral): Júlia Miralles

MUNTANYA: Enric Malvesí

NATURA: Francesc Macià

RODA-MONT Anna Puig - administració

SENDERS: Concepció Bastardas

VETERANS: -

3

PERSONAL LABORAL FIX

GERÈNCIA, ADMINISTRACIÓ, COMPTABILITAT I SECRETÀRIA

Elisenda Campi i Montserrat Ginesti

CONSERGERIA

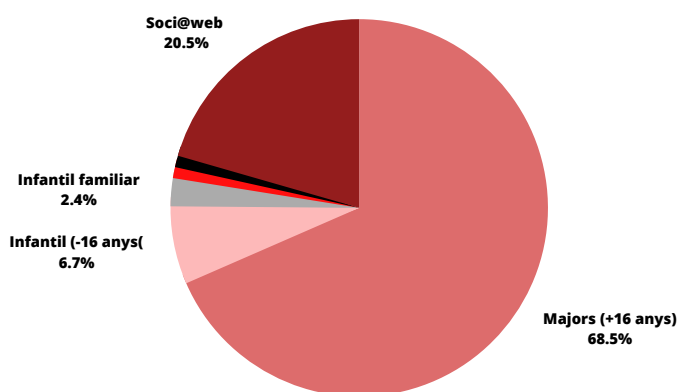
Salvador Basachs

LA UES EN NÚMEROS

SOCIS/ES a 2022

Socis totals a 31/12/2022: **2.148** (a tancament de 2021: 2.192)

Majors (+ de 16 anys)	1.456	68%
Infantil (-16 anys)	142	7%
Infantil familiar	51	2%
Major distància	21	1%
Jubilat/honorífic	20	1%
Jubilitat amb quota	21	1%
Soci@web	437	20%



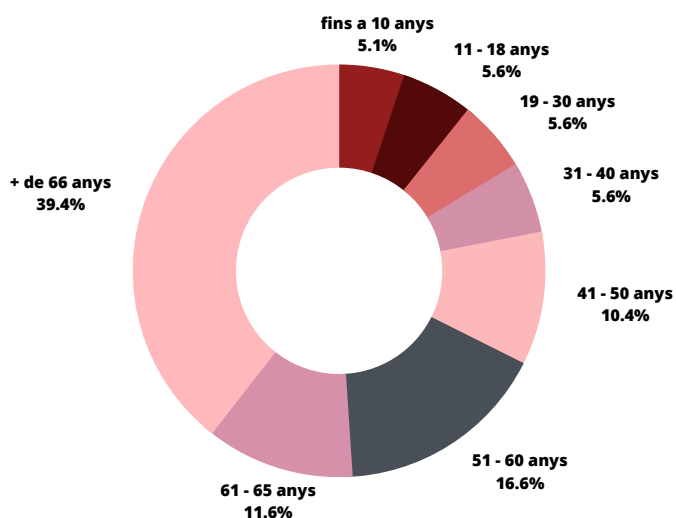
912 sòcies >> 42%



1.236 sòcis >> 58%

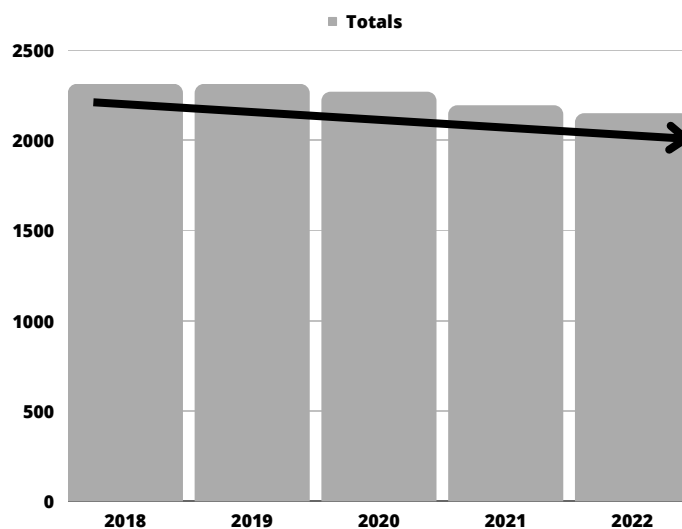
EDATS

fins 10 anys	109	5%
11-18 anys	131	6%
19 - 30 anys	120	6%
31 - 40 anys	120	6%
41 - 50 anys	223	10%
51 - 60 anys	354	16%
61 - 65 anys	248	12%
+ de 66 anys	843	39%

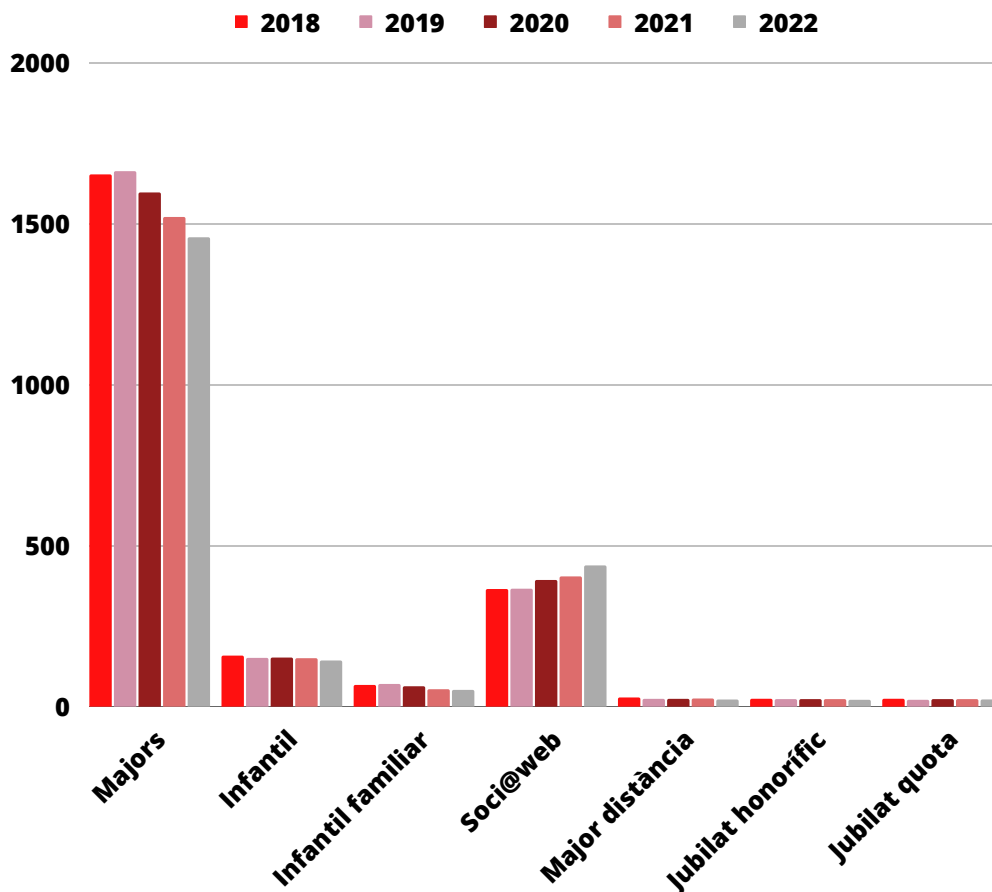


LA UES EN NÚMEROS

TOTALS PER ANYS



EVOLUCIÓ TIPUS DE SOCI

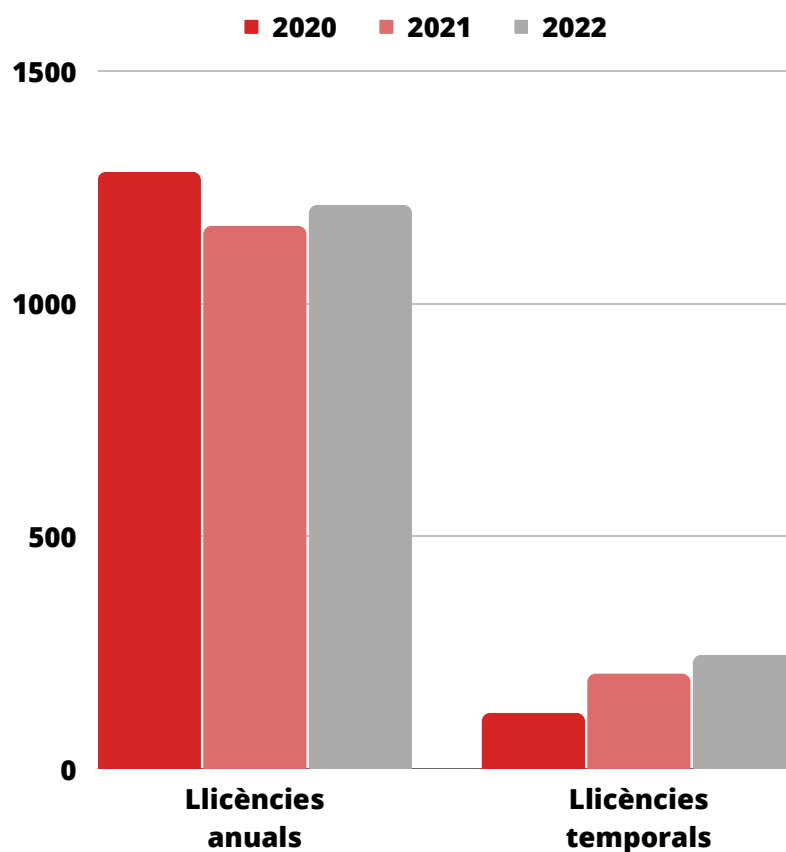


LLICÈNCIES FEDERATIVES

A 2022 s'han tramitat **1.277 llicències federatives** (1.245 a 2021). La qual cosa representa un quasi un 60% de socis federats

- 1.211 federats FEEC (vs 1.166 a 2021)
- 49 federats espeleologia (vs 51 a 2021)
- 17 federats orientació (vs 28 a 2021)

Destaca l'increment de tramitació d'assegurances de dia.



DESTACATS

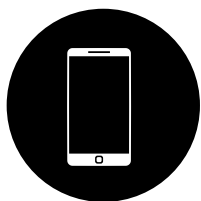


UTILITAT PÚBLICA

A desembre de 2020 es va presentar l'expedient d'utilitat pública i el 22 de març de 2022 la UES va ser **declarada entitat d'utilitat pública** i, per tant, s'acull a la Llei 49/2002, de 23 de desembre, de Règim Fiscal de les entitats sense finalitats lucratives i dels incentius fiscals al mecenatge.

La RESOLUCIÓ JUS/811/2022 es publica en el Diari Oficial de La Generalitat de Catalunya número 8637 de data 30 de març de 2022.

La declaració d'utilitat pública comporta una sèries d'avantatges fiscals per l'entitat, per exemple està exempta de l'IBI, i per als socis/es una part de la quota és donació i per tant deduïble a la declaració de la renda.



APPS de la UES

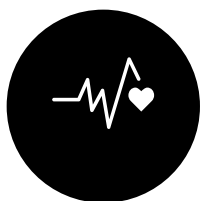
Al llarg de 2022 s'ha fet el llançament de dues APPs:

APPs per a socis i sòcies. Vinculat al programa de gestió i inscripcions. Aquesta app agilitza i facilita el procés d'inscripció a totes les activitats, alhora que permet accedir als correus rebuts, rebuts de pagaments, enllaça directament a agenda activitats, entre d'altres funcionalitats, a més de ser el carnet virtual de soci/a.

- Socis amb l'App instal·lada: 154 (a 30 de març de 2023)

APPs del Rodal. Versió app del Mapa del Rodal digital promogut per la secció Natura (veure memòria de la secció). Aquesta app situa en el mapa instiu els diferents elements d'interès que hi ha al Rodal de Sabadell: masies, fonts, ermites, castells, arbres singulars, espais naturals, patrimoni històric i arqueològic, molins, hortes, etc.

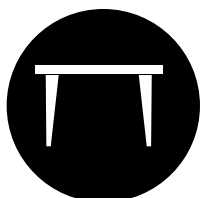
- Usuaris amb descarregada en almenys un dispositiu i que l'han obert en els últims 30 dies: 422 en Android.
- Usuaris que han descarregat l'aplicació en sistema Apple: 309



LA UES CARDIO-PROTEGIDA

A l'abril de 2022 es va adquirir un DEA portàtil, d'aquesta manera no només el local és cardioprotegit sinó que s'ha pogut portar en algunes de les activitats com campaments de la ganyota, entre d'altres. Així mateix 7 persones van fer la formació corresponent (2 d'administració, 2 monitors de l'esplai i 3 vocals de la secció muntanya), una formació que té continuïtat per a altres persones a 2023.

DESTACATS



MILLORES A SECRETARIA

A juliol de 2022 es va dur a terme un canvi de tot el mobiliari de secretaria. Es va canviar la taula d'atenció (complint amb la normativa de riscos laborals) i es van instal·lar armaris per tal de comptar amb més espai d'emmagatzematge. L'espai actual és més net, ordenat i agradable.



EXCURSIONS PER CONÈIXER EL RODAL DE SABADELL

El novembre de 2022, i després de més d'un any i mig de feina, es va publicar el llibre guia Excursions per conèixer el rodal de Sabadell, la guia que inclou 22 itineraris, que en total sumen 215 quilòmetres, 69 hores i 45 minuts per fer-los i 4.782 metres de desnivell, i que transcorren íntegrament pel rodal de Sabadell, Una versió actualitzada del llibre Itineraris pel Rodal de Sabadell, publicat a 2008, i que es complementa amb el mapa i app dels Rodal. Unes eines que posen el valor i donen a conèixer el nostre rodal tot fomentant-ne l'estima i el respecte.

El llibre ha portat mesos de feina, i els seus quatre autors, Àngel Artigas, Manolo Barcia, Josep Maria Manyosa i Jaume Pujol, tots socs de la UES, han dedicat moltes hores a trepitjar el terreny i a donar format a aquesta guia. Per fer-ho han comptat amb la col·laboració de moltes persones sòcies de la UES que s'han ofert per "testejar" itineraris, aportar fotografies i idees que han acabat plasmant-se en aquest llibre de 149 pàgines que "per a qui no ha estat mai al rodal, és una oportunitat única per saber-ne coses; i per a la persona que ja el coneix és també un llibre que actualitza i amplia els que hi havia fins ara. En ambdós casos ens permetrà gaudir d'un entorn preciós i sempre relativament a prop de la ciutat".

El llibre es va presentar a la seu de la UES el 24 de novembre amb una sala d'actes plena de gom a gom. I va ser un dels llibres més venuts a Nadal a la llibreria La Llar del Llibre.

DESTACATS



MARXA NÒRDICA PER A TOTHOM

A finals de 2021 dos instructors de la secció de Marxa Nòrdica, la Leonor Valero i el Manolo Barcia, fruit d'una inquietud personal, van realitzar un curs monogràfic de Marxa Nòrdica Adaptada i Progressió per Terrenys no Tècnics amb Sistema guiat NW-Blind, organitzat pel Comitè de muntanya i discapacitat de la Federació de Muntanyisme de la Regió de Múrcia. I des de llavors han treballat per aplicar els coneixements a la realitat i per fer-ho compten amb un nombrós equip de suport. A principis d'any van començar a treballar amb tres persones cegues (B1) i amb tres amb baixa visió realitzant el primer curs d'iniciació a la marxa nòrdica adaptat, i poc a poc s'han anat incorporant a les sortides diàries entre setmana de la secció i en les sortides socials. Els resultats obtinguts han estat molt notables, convertint els nostres instructors com a referents en aquest tipus d'activitat per part de la FEEC. Aquest projecte ha donat peu a un de nou, la UES inclusiva, que a final de 2022 ha començat a fer les primeres passes i que continuarà al llarg de 2023.



CÒDI ÈTIC

Al 2022 es va crear la Comissió per a la redacció de codi Ètic i protocols per l'actuació davant d'assetjament sexual, psicològic, masclisme, racisme o xenofòbia. En paral·lel també es treballa en un nou Reglament de Règim Intern (RGI)

ACTIVITATS DESTACADES

Les "clàssiques" i altres activitats destacades

- 23 de gener: La Llanera Trail
- 20 de febrer: 14a Festa de l'Arbre
- 27 de març: 60a Marxa Excursionista Infantil de Regularitat. 24 d'abril, lliurament de premis
- 9 de maig: Aplec de la Salut: 37a Pujada Popular a la Salut i 2n Buscafites a La Salut
- 15 de maig: Trobada de socis i sòcies, 50 anys de la UES a Castelnou de Bages
- De l'1 al 15 d'agost: 51è Campament a la Vall d'Incles
- 22 de maig: En Marxa pel Rodal, 4a caminada de marxa nòrdica de Sabadell
- 3 de setembre: Buscafites de Festa Major i Festa de l'escalada
- 18 de setembre: 68a edició de Sardanes a la Mola
- 2 d'octubre: 41a Ronda Vallesana a Gallifa
- 20 de novembre: 47è Cross dels Esquiadors i 10a Trobada de Marxa Nòrdica del Vallès al Bosc de Can Deu
- 13 de desembre: Cantada de Nadales amb La Carena

Activitats institucionals

- 22 de juny: Assemblea General Extraordinària, eleccions
- 20 d'octubre: Assemblea General Extraordinària, eleccions
- 21 d'octubre Acte d'inici de curs i lliurament de medalles 25, 50 i 75 anys
- 15 de desembre Assemblea General Extraordinària



Festa de l'Arbre

ACTIVITATS

ORGANITZADES ADMINISTRACIÓ/JUNTA

ACTIVITATS CULTURALS (SALA D'ACTES)

- 28 de gener, presentació del llibre *La Cantant de Fado*, de Jordi Campoy
- 31 de març, presentació del llibre *Transhumància*, del Vallès al Pirineu, de Tomàs Mas
- 29 d'abril, teatre: *Mare Nostrum* de Cristina Olivé i Edu Beltran (43 inscrits)
- 7 d'octubre, segona representació de *Mare Nostrum* (27 inscrits)

Una de les activitats més destacades aquest 2022 ha estat el **Cicle de Cinema i Conferències de Muntanya**. Un cicle que estava previst a 2020 per commemorar els 50 anys de la unió de les tres entitats que van configurar la UES actual i que, com a conseqüència de la COVID, es va haver de posposar. Han calgut dos anys per reprogramar el Cicle amb totes les garanties sanitàries suficients.

En total es van programar 10 sessions (d'abril a juny) amb projeccions de pel·lícules, presentacions de llibres i conferències i, en totes les sessions, amb posterior col·loqui dels seus protagonistes. Es va comptar amb la presència de figures destacades en l'alpinisme i l'escalada com Ester Sabadell, Rafa Vadillo, Ferran Latorre o Jordi Pons.

21/04/2022 *Territoris inexplorats, gel i nòmades a l'àrtic rus*, per Rafa Vadillo. 53 assistents

28/04/2022 *Sota el cel de les muntanyes, entre cims i tempestes*, per Ester Sabadell. 56 assistents

05/05/2022 *Llum i llibertat, Artistes per la República*, presentat per Sílvia Bel. 71 assistents

12/05/2022 *La conquesta dels catorze. Tacant el cercle*, de Ferran Latorre. 56 assistents

19/05/2022 *Córrer en llibertat*, amb Agnès Riera (xerrada). 23 assistents

26/05/2022 *La nova gran cavitat a Sant Llorenç del Munt: Avenc de les Rovires*, amb l'equip interclub Espeleopringuer (conferència). 32 assistents

02/06/2022 *Dècades d'alpinisme català* (taula rodona). 18 assistents

09/06/2022 *Dits de vent*, amb Piti Capella (presentació de llibre). 13 assistents

16/06/2022 *Everest 82*, de Jordi Pons. Commemoració del 40è aniversari de la primera expedició Catalana a l'Everest. 41 assistents

30/06/2022 *Orígens i evolució de l'alpinisme a Europa*, de Jaume Altadill i Jordi Pons. 27 assistents

ACTIVITATS

ORGANITZADES ADMINISTRACIÓ/JUNTA

EXCURSIONS PER A LA GENT GRAN ORGANITZADES AMB EL SUPORT DE L'AJUNTAMENT DE SABADELL

Aquest 2022 ha estat encara un any marcat per la Covid i per les seves conseqüències. La por de les persones grans a fer activitats en grup ha persistit i no és fàcil recupera la confiança. Ha estat un any d'alts i baixos i no hem recuperat la tan esperada "normalitat". Però, amb el convenciment que aquest 2022 calia fer tots els esforços per mantenir el programa i intentar recuperar la confiança i la normalitat, hem mantingut quasi totes les sortides programades malgrat la baixa participació. Hem sigut conscients dels perills que suposava anul·lar les sortides, ja que hauria estat molt difícil tornar-les a reprendre i s'ha treballat per mantenir el programa d'excursions en la seva totalitat.

Excursions de tot el dia

S'han programat 8 excursions amb dues sortides a cada destí en els mesos de gener, febrer, març, abril, maig, setembre, octubre i novembre. Aquest 2022 s'ha iniciat el cicle de la Vall del Llobregat començant a Castellar de n'Hug, naixement del Llobregat, amb l'objectiu d'arribar, a poc a poc, al mar. Aquestes sortides s'han combinat amb d'altres com una excursió pel camí de ronda a Tossa de Mar, a Cardona -a on per petició dels participants es fa fer una visita a les mines de Sal-, o a la riera de les Gorgues i roca foradada de Cantonigròs, entre d'altres.

La participació en aquestes activitats ha estat inferior a altres anys pre-pandèmics. Amb una participació mitjana d'unes 32 persones, quan habitualment es feien grups de 51 persones quedant-ne algunes en llista d'espera. Sent els dijous els dies amb menys participació (tot i que no en totes les sortides).

Excursions matinals

S'han programat 7 sortides, programades a principi de cada mes, repetint l'activitat en dimarts i dijous. Al primer trimestre d'any s'ha continuat amb el cicle Resseguint el riu Ripoll, iniciat a 2021, i que al llarg de tres etapes s'ha arribat a Sabadell des de Sant Llorenç Savall. I a partir del segon trimestre d'any s'han fet excursions per espais naturals propers com Gallecs o Sant Llorenç del Munt, o la Vall d'Olzinelles.

En aquestes sortides la participació ha estat més baixa que en les de tot el dia, no superant en cap sortida els 40 participants, una xifra molt allunyada als participants abans de la Covid (uns 50 per sortida).

ACTIVITATS

ORGANITZADES ADMINISTRACIÓ/JUNTA

LES EXCURSIONS DE DIMECRES

Les Excursions del Dimecres són sortides guiades entre setmana pensades per a tots els públics.

Aquestes excursions van néixer per donar resposta a usuaris del programa d'Excursions per a la Gent Gran que demandava sortides més exigents i llargues. Aquest programa d'Excursions dels dimecres es porta realitzant des de 2016 amb una sortida mensual.

Aquestes sortides també han arrossegat tot el 2022 les conseqüències de la Covid i no s'han recuperat el nombre de participants que hi havia hagut abans de la pandèmia (d'una mitjana de 30 persones abans de la covid vs 25 participants de mitjana després de la covid).

VALL D'ARAN

Com altres anys, aquest 2022 s'han organitzat dues sortides de diversos dies per conèixer territori tot fent senderisme. A 2022 s'ha programat dues vegades 'Caminant per la Vall d'Aran', a primavera i tardor.

- Caminant per la Vall d'Aran, primavera: del 29 de maig al 3 de juny: 36 participants, amb 2 guies
- Caminant per la Vall d'Aran, tardor: del 7 al 12 d'octubre 34 participants, amb 2 guies



ACTIVITATS

ORGANITZADES ADMINISTRACIÓ/JUNTA

ACTIVITATS PER A INFANTS: L'EXTRAESCOLAR DE LA UES

Al setembre de 2017 va arrencar un nou projecte dirigit als infants de P5 a 6è de primària: L'Extraescolar de la UES, amb l'objectiu de fomentar la pràctica de l'activitat física amb activitats esportives i jocs relacionats amb els esports de muntanya. Com a base, l'extraescolar gira entorn l'escalada, els trail i les curses d'orientació, que serveixen per treballar altres aspectes com els materials, la preparació, nutrició, treball en equip i altres valors. L'extraescolar es realitza a la UES i a carrers i places properes.

De gener a juny 2022

Hi participen 44 infants distribuïts en dilluns escalada, dimarts escalada/multiesports, dimecres trail, dijous escalada. I dimarts, grup de trail per a joves (ESO) Cada vegada hi ha més infants molt petits interessats en el món de l'escalada i a gener obrim un nou grup d'escalada adreçada als més petits, atès que molts infants es van quedar en llista d'espera a setembre de l'any anterior.

La dinàmica de l'activitat funciona bé amb els infants mitjans i per als els més petits (de P5 i 1r) s'adapta cap a una activitat multiesportiva.

L'11 de juny i com a tancament de curs es va organitzar un open bloc d'escalada en el qual van participar-hi 20 infants de tots els grups d'escalada. La sessió estava oberta a pares, mares i familiars i va ser tot un èxit.

D'octubre a desembre 2022

Hi participen 44 infants distribuïts en dilluns escalada, dimarts escalada/multiesports, dimecres trail, dijous escalada. I dimarts, grup de trail per a joves (ESO)

Arranquem nou curs amb renovació de bona part de l'equip de monitors i s'intenta organitzar els grups per edat, malgrat és complicat atès que molts pares per logística els hi escau que germans comparteixin dia d'extraescolar. El nou equip de monitors s'adapta a les dinàmiques dels monitors anteriors, i els grups es cohesionen ràpidament. Amb el grup de dimarts petits ja consolidat, tenim baixes dels grups en els quals hi ha infants que passen a la ESO. La qual cosa posa de manifest que és difícil mantenir els infants un cop finalitzen primària, malgrat oferir un grup d'entrenament de trail per a joves.

Al grup de trail dels dimecres s'introdueixen més activitats de curses d'orientació.

L'equip d'extraescolar està format per:

- 1 coordinador/a, que assumeix tasques administratives i també és monitor
- 2 monitors
- En total 3 persones que compten amb el suport del personal propi de la UES, i es compta amb estudiants en pràctiques com a suport. Tots els monitors tenen titulacions relacionades amb els esports de muntanya i/o educació física (INEF i altres).

ACTIVITATS

ORGANITZADES ADMINISTRACIÓ/JUNTA

TROBADA DE SOCIS I SÒCIES

El 17 de maig de 2020 hauríem d'haver tancat els actes de commemoració del 50è aniversari de la UES amb una gran festa per a socis i sòcies, amics i amigues. Però atesa la situació d'emergència per l'afectació de la COVID19 no va poder ser. Tampoc a 2021.

Hem hagut d'esperar fins a 2022 i, finalment, el 15 de maig vam fer la trobada a Castellnou de Bages. Una part del centenar de participants van fer una visita cultural guiada per l'alcalde del municipi al nucli històric de Castellnou de Bages per tal de conèixer el seu passat: els orígens del repoblament del s. X amb el castell del Buc, l'església romànica llombarda de Sant Andreu del s. XI, el cementiri monumental contemporani i, en especial, el Museu dels Maquis i l'important petjada que la lluita guerrillera antifeixista va deixar al territori. Mentre, l'altre grup va fer una caminada seguint la ruta del Maquis.

En acabar les dues activitats, els dos grups es van trobar a la casa de colònies La Figuera on van gaudir d'un dinar de germanor. L'acte es va tancar amb el lliurament dels reconeixements al socis i sòcies que havien completat El Repte dels 50, una de les activitats que també s'emmarcaven en la celebració dels 50è aniversari.

ALTRES ACTIVITATS

A més de les activitats destacades s'ha col·laborat i s'han organitzat altres activitats a petició de l'Ajuntament de Sabadell, moltes de les quals s'han realitzat vinculades a través de les sessions com la passejada per a la Gent Gran A 100 cap als Cent; tastet de marxa nòrdica en el marc de la Festa Gran, caminades de marxa nòrdica al barri de Torre-Romeu (intervenció comunitària) i d'altres com la Festa de l'Escalda per Festa Major en col·laboració amb la Panxa Bou entre d'altres.

PREMIS

A juny de 2022 en la **68a edició de la Festa de l'Esport** organitzada per l'Ajuntament de Sabadell la nostra entitat va ser finalista a millor entitat esportiva de 2021 i va ser una de les tres entitats premiades amb el **Premi promoció de l'Esport**.

FORMACIÓ

La formació és clau per anar a la muntanya amb seguretat. Per aquest motiu, a través de l'Escola de Muntanya (organitzats des de gerència i administració) i les mateixes seccions, s'organitzen diferents cursos i tallers per dotar als participants d'eines i recursos per anar a la muntanya amb seguretat. Malgrat els cursos realitzats, aquest 2022 l'oferta formativa ha estat inferior a altres anys.

TALLERS I CURSOS realitzats a 2022:

- Curs d'iniciació a l'esquí de muntanya. Nivell 1 i 2. Gener i febrer 2022
- Curs d'iniciació a la Marxa Nòrdica, febrer 22. 14 inscrits
- Taller bàsic d'orientació. Març de 2022. 11 inscrits
- Curs d'iniciació a la Marxa Nòrdica, abril 22. 8 inscrits
- Taller de planificació i elaboració de rutes per muntanya amb QMapsShack. Maig de 2022. 10 inscrits
- Curs d'iniciació a la Marxa Nòrdica, octubre 22. 14 inscrits

COMUNICACIÓ

XARXES SOCIALS ACTIVES

*dades a 04/05/2023

@Uesabadell



2.865 seguidors. S'hi publica les activitats en imatges (resums de les activitats de cap de setmana; activitats destacades; stories amb activitats que es realitzen, entre d'altres. Els # usats sempre son **#somUES #noparem #sabadell**



2.690 seguidors. S'hi publica principalment les properes activitats a realitzar (cada dilluns: agenda setmanal); recordatoris de presentacions/xerrades, etc.. i altra informació d'interès



Hi ha publicats diversos vídeos de temàtica diversa i s'hi publiquen les sessions del Cicle de Xerrades muntanya i altres temes d'interès

Algunes seccions compten amb altres perfils autogestionats a xarxes socials, bàsicament a Instagram



Quinzenal s'envia un newsletter amb les activitats destacades i altra informació d'interès. S'envia a XX adreces de correu electrònic i el % d'obertures és de xxxx

FULL INFORMATIU

No s'ha reprès. Però des de novembre es publica en paper l'agenda mensual.

COMUNICACIÓ

RESUM D'INFORMACIÓ PUBLICADA ALS MITJANS DE COMUNICACIÓ

Al llarg de l'any s'han publicat entrevistes i s'ha fet menció de les principals activitats a premsa local: Ràdio Sabadell, Diari de Sabadell, mitjans digitals..

DIARI DE SABADELL

Prop de 800 corredors, preparats per a la Llanera Trail, 17 de gener de 2022

La Llanera Trail torna amb força: 983 inscrits, 21 de gener de 2022

Dol comú davant l'incident de la Llanera, 23 de gener de 2022

Tenir ceguesa ja no és un impediment per fer marxa nòrdica, 10 de març de 2022

<https://www.diaridesabadell.com/2022/03/10/unio-excursionista-sabadell-esport-inclusiu-ceguesa/>

Es reprèn el cicle de conferències a la Unió Excursionista de Sabadell, 7 d'abril de 2022

Els sabadellencs Llorenç Esteve i Aniol Riba, triomfadors de la Copa Vallesana, 7 de maig de 2022

Ferran Latorre: "L'Everest em genera amor i odi", 13 de maig de 2022

Manyosa posa fi al mandat de quatre anys: "La UES està ben valorada a la ciutat", 2 de juliol de 2022

La Ronda Vallesana passarà per Gallifa, 20 de setembre de 2022

Josep Maria Manyosa, president de la UES fins al 2026, 1 de novembre de 2022

Manyosa (UES), sobre el cas Helena Jubany: "Volem que es resolgui al més aviat possible", 7 de novembre de 2022

La UES edita un llibre per conèixer pam a pam el Rodal, 7 de novembre de 2022

El Sabadell d'ahir i el d'avui, en imatges, 5 de desembre de 2022

Un rodal històric! 27 de desembre de 2022

iSABADELL

Rècord de participants a la Llanera Trail d'aquest diumenge, 19 de gener de 2022

RÀDIO SABADELL

Rècord d'inscripcions a La Llanera Trail: gairebé un miler de dorsals, 20 de gener de 2022

La UES ha format sis persones cegues o amb baixa visió en la pràctica la marxa nòrdica, 7 d'abril de 2022

La UES renova Josep Maria Manyosa com a president per evitar la dissolució, 8 de novembre de 2022

TV SABADELL

Protagonistes amb Josep Maria Manyosa, 21 de novembre de 2022

ACTIVITATS DE LES SECCIONS

AVENTURA



05/02/2022 Via Ferrada Baumes Corcades 6 participants

Es col·labora en els actes de Carnestoltes de Sabadell, amb l'organització dels actes de la crema del rei carnestoltes.

BTT



Resum de sortides de la SECCIÓ de BTT de l'any 2022:

- 13/01/2022 Sallent - 12 participants
- 26/02/2022 Volta per la Selva - 15 participants
- 13/03/2022 Vall de Corb - 19 participants
- 09/04/2022 Mar i muntanya (Palamós) - 16 participants
- 21/05/2022 Arnes - sortida de dos dies- 15 participants
- 11/06/2022 Coll de Boquera - 10 participants
- 30/09/2022 Volta circular de la muntanya del Coll Baix (Bages) - 8 participants
- 23/10/2022 Sant Miquel de Terradelles (Lluçanès) - 11 participants
- 10/11/2023 Vall de Castanyet (Santa Coloma de Farners) - 10 participants
- 17/12/2022 Entre vinyes al Penedès - 8 participants



CASAL D'ESTIU

La proposta de l'organització del Casal d'estiu neix arran de la necessitat que té el Grup d'Esplai la Ganyota de la Unió Excursionista de Sabadell (UES) d'ampliar serveis més enllà del projecte anual, per tal de poder profunditzar en la tasca pedagògica que fa com a agent social dins el barri del centre de Sabadell. L'any 2015 es concreta aquesta necessitat des de l'equip de monitors/es i es planteja la creació del projecte, que ha anat evolucionant al llarg dels anys fins al present. El casal, que esdevé una nova activitat dins l'oferta de lleure de la UES que busca realitzar activitats a entorns naturals, practicar esports de muntanya, dur a terme jocs i tallers, conèixer i desenvolupar activitats relacionades amb la cultura catalana i transmetre un conjunt de valors cívics i mediambientals als infants que hi participen.

Enguany ha estat el vuitè any que oferim el Casal d'estiu. Les expectatives i objectius que ens havíem marcat per aquest estiu eren bàsicament tres: poder oferir un espai de lleure alternatiu als infants, de manera que puguin desenvolupar activitats i evadir-se de la realitat que portem vivint els últims dos anys (i que pels infants més petits ha estat la única realitat que han conegut a l'entorn del lleure educatiu), poder créixer en qualitat del servei ara que el casal s'ha consolidat dins la UES i ha passat a ser un projecte fort que atrau moltes famílies del barri i dels barris limítrofs, i finalment aprofundir en el projecte pedagògic que oferim per tal d'adaptar-lo al màxim a les necessitats dels infants que tenim, així com tractar d'apropar-lo a famílies que per raons econòmiques, culturals o socials en queden excloses.

Aquest 2022 hem reprès el model tradicional de casal que, degut a la pandèmia del COVID-19, havia estat impossible de tirar endavant els dos anys anteriors. Era important recuperar aquest model ja que és el més òptim per poder fer un treball més transversal i poder arribar a cobrir les necessitats de totes les famílies del barri que trien el nostre projecte social. Així doncs, a part de recuperar l'horari complert amb tots els seus serveis (acollida matinal, casal de matí, servei de menjador i casal de tarda) també hem pogut recuperar un eix d'animació conjunt, les activitats conjuntes entre els diversos grups d'edat, el torn únic del servei de menjador i les sortides globals fora del casal i de la comarca.

Un dels trets diferencials del casal d'aquest any ha estat la col·laboració de l'organització amb l'AFI de l'escola Enric Casassas, centre on desenvolupem l'activitat. Aquesta col·laboració, que s'ha traduït en un accés prioritari als infants de l'escola i descomptes als seus socis, ens ha permès ser un reclam per totes les famílies del centre escolar que viuen al barri i que d'una altra manera podrien no haver-nos conegut. A més a més, valorem molt positivament col·laborar amb agrupacions com les AFI que desenvolupen una tasca important al teixit educatiu ciutadà que ens envolta.

DADES CASAL 2023

Dates: **27 de Juny - 29 de Juliol**

Equip de monitores:

- 1 director
- 1 coordinadora
- 15 monitores (una de les quals de pràctiques)

Nombre de places totals: **140 infants**

- 1a setmana: 84 infants
- 2a setmana: 110 infants
- 3a setmana: 80 infants
- 4a setmana: 78 infants
- 5a setmana: 41 infants

CULTURA

Aquest 2022, la secció està formada per cinc membres; Angeles Calvo, Isabel Carreras, Teresa Flix, Elisabet González, Isabel Viaplana. Tot el grup hem tirat endavant preparant les activitats programades.

Per primera vegada programem les activitats seguint el curs de l'any natural amb el tema **SOM EL QUE MENGEM, MENGEM SA, PRODUCTES DE PROXIMITAT**.

S'han programat tres xerrades sobre alimentació i deu sortides, una de les quals (mongetes del Ganxet) es va anul·lar per impossibilitat d'atendre'ns per part dels productors. També hi ha hagut algun canvi en la programació per adequar-nos al temps òptim del producte.

XERRADES a la Sala d'Actes:

17 de març, PRODUCTES DE PROXIMITAT, Han participat:

Sergi Tort del departament de la Generalitat.

Feliu Madaula de la Comissió Km0 de Sabadell.

Manel Cunill de la Coop. Agrària del Vallès.

Va ser una exposició més aviat tècnica-

23 de maig, SOM EL QUÈ MENGEM, Han participat:

Jordi Capella, mestre artesà de la Fleca Roca.

Xavier Rivero, pagès biològic de can Boguñà.

Salvador Miralpeix de la parada Miralpeix del mercat de Sabadell.

Els tres ponents han fet una exposició pràctica, assequible, amena i útil que ha propiciat el diàleg.

27 d'octubre, MENGEM SA?, Han participat:

Montserrat Artes, metgessa de salut pública i presidenta de la coop. El Rodal.

Àngels Florensa, dietista, nutricionista, especialista en seguretat alimentària.

Marta Tria, responsable del restaurant La Fresca de cuina conscient i saludable..

En el torn obert de paraules, hi ha hagut molta participació.

Aquestes xerrades, amb una assistència d'entre 30 i 45 persones, s'han pogut portar a terme gràcies a la inestimable col·laboració de Feliu Madaula.

CULTURA

SORTIDES

Les sortides de la Secció de Cultura surten una mica cares ja que els tres punts destacables que son excursió, visita i dinar comporten un cost, acceptat pels participants, si bé el dinar és optatiu cada vegada hi ha més persones que prefereixen dinar al restaurant.

22 de gener, OLI A LA GRANADELLA ,

Visita guiada al centre d'interpretació de l'oli i al museu.

Caminada circular de 7,8 km i 136m. de desnivell. Referència: Marxa de La Granadella., Dinem al Centre Cultural de La Granadella

Han participat 32 persones, 31 sòcies i 1 no sòcia.

Ingressos 1340€, Despeses 1186,51€, Saldo positiu 153,99€.

Hi ha hagut una incidència, una persona s'ha trobat malament, perquè té problemes de salut, ha retardat força la marxa del grup, és la segona vegada que passa i se l'ha avisat que en algunes sortides no pot venir.

Una mica lluny, però ha valgut la pena

26 de febrer, CALÇOTS A FALSET,

No hi ha visita concertada, fem una aproximació al món dels calçots acompanyats pels pagesos del restaurant Trucafort.

Caminada circular de 5km. i 145m de desnivell, Falset, Els Racons, St. Gregori ,Falset. Dinem calçotada al Mas Trucafort.

Han participat 39 persones ,38 sòcies.i 1 no sòcia

Ingressos 2228€, Despeses 1920€, Saldo positiu 308€

La caminada molt bonica i el dinar esplèndid.

26 de març, CARXOFESAL PRAT,

Visita a l'espai agroambiental de la fundació Sigea.

Caminada circular de St. Boi del Llobregat, puig de St. Ramon , St.Boi., 6,5km. i 227m de desnivell.

Dinem al rest.de St. Ramon

Han participat 35 persones 34 sòcies i 1 no sòcia

Ingressos 1733€, Despeses 1622,45€, Saldo positiu 110,55€

Com a novetat hem esmorzat en un centre comercial, la visita molt interessant i la caminada agradable llàstima que el temps no ha acompanyat prou.

30 d'abril, AVELLANESA St. EULÀLIA DE RONÇANA,

Visita a l'explotació de Can Burguès.

Caminada de 8,31km. i 117m.de desnivell, Bigues, gorg d'en Geroni ,Font de la Pineda, Riells del Fai.

Dinem al rest. Les Oliveres de Riells.

Han participat 32 persones ,28 sòcies i 4 no sòcies

Ingressos 1538€, Despeses 1423,06€ Saldo positiu 115,44€

La visita ha estat interessant i la caminada agradable.

CULTURA

21 de maig, MUSCLOS AL DELTA,

Visita a les muscleres amb trasllat en barca.

Caminada circular, Poble Nou del Delta, Torre de St.Joan, Poble Nou. 7,6km. per pista senyalitzada i sense desnivell.

Dinem al rest. FREDDY de la Ràpita

Han participat 41 persones, totes sòcies

Ingressos 2302€, Despeses 2395€ Saldo negatiu -93€

La visita molt interessant, la caminada plàcida i el dinar amb algun contratemps

18 de juny, s'havia d'anar al Salí de Cambrils, s'ha anul·lat , ja que amb els incendis forestals van quedar tallades algunes carreteres del Solsonès.

Aquesta sortida s'ha portat a terme el 22 d'octubre, en substitució de les mongetes del ganxet ja que els propietaris de la finca no ens poden atendre per acumulació.

17 de setembre ARRÒS A PALS,

Visita a l'antic molí, transport en trenet entre els camps d'arròs.

Caminada circular, Pals, Quermany Gros, Mines d'en Bofill, Pals, 6km i 220m de desnivell.

Dinem a Can Joan de St. Feliu de Boada

Han participat 32 persones sòcies

Ingressos,1582€ Despeses1736,60€ Saldo negatiu-154€

Ha sortit tot rodó, però, un cert desajust d'horari ha permès una passejada pel nucli antic de Pals i en contra ha fet que arribéssim més tard perjudicant al conductor.

22 d'octubre EL SALÍ DE CAMBRILS (Solsonès)

Visita a l' antiga explotació de sal extreta de la font salada provinent de la muntanya.

Caminada de 5km i 280m de desnivell positiu i 350 negatiu, Serra Seca, Pla de les Guàrdies, Pi Gros de Nerola, Cambrils.

Dinem a la Fonda Casanova de Cambrils.

Han participat 19 persones sòcies

Ingressos 884€Despeses 930€ Saldo negatiu -46€

Tot ha anat molt bé, tant la caminada com la visita, molt interessant .

CULTURA

19 de novembre, TORRONS D'AGRAMUNT,

Visita al museu, la fàbrica Vicens i degustació.

Caminada, Almenara Alta, Pilar d'Almenara, Agramunt, 8km i 150 m. de desnivell

Dinem al Rest. Blanc i Negre d'Agramunt.

Han participat 38 persones sòcies

Ingressos 1825€ Despeses 1644,73€ Saldo positiu 180,27€

Incidència; una persona s'ha regirat el peu ha estat atesa per les vocals, en arribar ha anat a consulta mèdica.

Tothom ha estat molt content, ha sobrat temps per fer una passejada.

17 de desembre LLET A MONELLS,

Visita a la Granja Camps i Armet que pertany a la Cooperativa Llet Nostra.

Caminada de St. Sadurní de l'Heura, Cruïlles, Monells. 9 km. i 116 m. de desnivell.

Han participat 29 persones ,de les quals 1 no sòcia

Ingressos 1540€ Despeses 1559,76€ Saldo negatiu -19,76€

Al llarg de la caminada hem trobat llocs que mereixen fer parada i això ha fet que anem justes de temps, la visita molt interessant. Després de dinar cantem nades i celebrem el Nadal..

Valorem positivament la dinàmica de les activitats tot i que ha baixat la participació, segurament és per motius diversos però també pot ser que el tema no hagi sigut prou atractiu .

S'ha acabat l'any amb l'economia sanejada, tot i haver fet uns petits obsequis a les persones que han intervingut a les xerrades, hi ha hagut superàvit.

3 de febrer de 2023

CURSES D'ORIENTACIÓ

TEMPORADA 2022

Federats a la FCOC: 20

Federats a la FEDO: 4

A parts dels federats també hi ha socis de l'entitat que sense federar-se també participen esporàdicament en algunes curses.

Com equip hem assolit una 9a posició en la classificació general de la **Copa Catalana** del 2022 per davant d'alguns equips històrics.

Quatre orientadors de la secció han pujat al podi de la classificació general de la Copa Catalana de curses d'orientació i al llarg de la temporada diferents membres de la secció van sumar un total de 45 podis.

Uns quants components de la secció participem en les diferents competicions de Rogaine tant catalanes, estatals i internacionals. Un membre de la secció va participar en el mundial de Rogaine celebrat a Txèquia formant part de la selecció catalana de l'especialitat.

Aquesta temporada també hem tingut socis que han participat en competicions de Trail-O i de MTB-O.

Dins del programa **Ciutat i Escola** i a vegades també a petició particular d'alguns centres educatius hem organitzar xerrades a escoles i activitats de pràctica del nostre esport al Parc de Catalunya i al Parc Central. Han participat un total de 800 alumnes de 13 centres de primària i secundària.

Vam organitzar 5 entrenaments utilitzant l'aplicació de mòbil GPS Orienteering Run en la que han participat una mitjana de 30 persones en cada un dels entrenaments.

També vam ser presents tant la **Festa Major de Sabadell** com a l'**Aplec de La Salut** organitzant una activitat d'orientació que anomenem Buscafites.

Vam recuperar el **Campionat Escolar de Sabadell** de curses d'orientació al Parc de Catalunya amb una baixa participació. I també vam organitzar la **Primera Rogaine del Vallès** en un mapa nou a Sant Quirze en la que van participar un centenar d'esportistes.

Sabadell, 18 de febrer de 2023

CURSES PER MUNTANYA

La SECCIÓ DE CURSES PER MUNTANYA (nom de l'equip: Trail UES Sabadell) s'organitza a través d'un grup whatsapp, on hi ha unes 30 persones. S'han mantingut les sortides d'entrenament en grup només en dimecres al vespre amb un grup petit però més o menys estable. La participació ha anat a la baixa des de la Covid i no s'ha reactivat com si han fet altres seccions.

LA LLANERA TRAIL

Sota el paraigua de la secció s'organitza La Llanera Trail, marató i mitja marató per muntanya de Sabadell. El **23 de gener de 2023** va tenir lloc una nova edició de La Llanera Trail, la marató i mitja marató de muntanya de Sabadell. Com a novetat, en l'edició de 2022 es va presentar un nou recorregut de 13 km ('la curta') adreçada a corredors/es que s'inicien en les curses per muntanya. La Llanera 2022, la 7a edició, va estar encara marcada per la Covid, amb ús de mascareta obligatòria a la sortida i arribada, declaracions responsables, avituallaments adaptats i moltes baixes d'última hora com a conseqüència d'un augment de casos Covid just en la tornada de vacances de Nadal.

En total s'hi van inscriure **935 persones** -tot un rècord: 223 en la distància marató; 396 en la distància de la mitja; i 316 en la curta, malgrat van acabar ser menys participants per baixes Covid.

La Llanera Trail implica la mobilització de molt recursos materials i humans, i des de aquí agrair la tasca dels més de 100 voluntaris i voluntàries que fan possibles la celebració d'una activitat d'aquestes dimensions.

El corredors de la marató van sortir puntualment a les 9 del matí des de la plaça Doctor Robert, i a les 9:20 i 9:40h ho van fer els de la mitja i la curta respectivament. Tot estava preparat per una gran Llanera, ja plenament consolidada en el calendari de curses per muntanya, i La Llanera que havia de ser tot un èxit organitzatiu i de participació, va haver de lamentar la mort d'un corredors en el decurs de la mitja marató. Davant aquesta situació, la marató va quedar neutralitzada i es van cancel·lar els actes de lliuraments de premis. Malgrat tot, l'organització valora positivament tot el què implica l'organització d'aquesta cursa i encara amb més ganes encara una nova edició per a 2023.

A part, cal mencionar que un any més la **Llanera Trail** forma del calendari de curses de la Copa Vallesana de Trail junt amb la Primera Marató per Muntanya de Catalunya, la Drac Race i la Corriols del Vallès.

3 de febrer de 2023

ESPELEOLOGIA – ESPELEO CLUB

Resum d'activitats realitzades l'any 2022

- Sortida dels nens de TPV a les coves de sal (Cardona). 5 de març.
- Campanya d'exploració al sistema Alto del Tejuelo (CANTABRIA). 9 al 12 d'abril.
- Assemblea Ordinària de la Federació Catalana d'Espeleologia (Online). 30 d'abril.
- Sortida dels nens de TPV a l'avenc del Llest (Parc Serra de l'Obac). 1 de maig.
- Campanya d'exploració al sistema Alto del Tejuelo (CANTABRIA). 6 al 9 de maig.
- UES aconsegueix 24 medalles al XVI Campionat de Catalunya de TPV 2022. Vilanova i la Geltrú. 4 i 5-juny.
- Sortida dels nens de TPV a la cova Grans Canaletes (Villefranche Conflent). 24 de juny.
- UES aconsegueix 31 medalles a la Copa Catalunya de TPV (Corbera de Llobregat). 2 i 3 de juliol.
- Campanya d'exploració a la Torca Carrasua (La Hermida-CANTABRIA). S'acaba l'escalada de 80 metres començada l'any passat a la cascada Marta. Això permet explorar mig quilòmetre nou de col·lector aigües amunt i la cavitat supera els 6 km de desenvolupament. 18 al 21 de juliol.
- Campanya d'exploració a BENASQUE. 8 al 12 d'agost.
- Campanya d'exploració al sistema Alto del Tejuelo (CANTABRIA). 21 al 25 d'agost.
- Campanya d'exploració a BENASQUE. 3 i 5 de setembre.
- Penjada de la senyera al campanar de Sant Fèlix, durant el pregó de la Festa Major 2022 de Sabadell. 2 de setembre.
- UES aconsegueix 10 medalles al Campionat d'Espanya de TPV 2022. Azuqueca de Henares (Guadalajara). 8 i 9 d'octubre.
- Campanya d'exploració al sistema Alto del Tejuelo (CANTABRIA). 29 al 31 d'octubre.
- Participació a la XXV Trobada d'Espeleòlegs de Catalunya, amb la participació dels nens de TPV al descens de l'avenc de la Verdor. Olesa de Bonesvalls. 19 de novembre.
- Presentació de la ponència Torca Carrasua: un futur nou gran sistema a Cantàbria a la XXV Trobada d'Espeleòlegs de Catalunya. Olesa de Bonesvalls. 19 de novembre.
- Obtenció del XXXI premi Norbert Font i Sagué, pel treball de Promoció a l'espeleologia titulat EL TPV: 15 anys promocionant l'espeleologia amb nens i nenes. 19 Novembre.
- Obtenció del XXXI premi Norbert Font i Sagué, pel treball d'exploracions a l'Estat espanyol titulat Torca Carrasua: un futur nou gran sistema a Cantàbria. 19 Novembre.
- Assemblea de la Federació Catalana d'Espeleologia (Barcelona). 26 de novembre.
- Campanya d'exploració al sistema Alto del Tejuelo (CANTABRIA). Del 8 a l'11 de desembre.



ESPLAI LA GANYOTA

CURS 2021-22

Aquest any l'esplai ha aconseguit la majoria dels objectius plantejats a inici de curs gràcies a la recuperació de la normalitat en les activitats de lleure educatiu rere la pandèmia. Hem pogut recuperar totes aquelles activitats que degut a la situació de pandèmia derivada de la Covid-19 havien romàs sense fer. Enguany hem recuperat la Castanyada, les excursions conjuntes com la del Tió, el Quinto, la Sortida a la Neu, el cap de setmana de Busqueta, la Sortida a la Platja, la Festa Major de la Ganyota, entre moltes altres activitats adreçades als nostres infants i joves.

D'aquesta manera, hem pogut reprendre i consolidar el projecte 3+1 tot promovent les activitats de muntanya. A més, hem pogut introduir i iniciar els joves des de 1r de la ESO fins a 4t de la ESO (Torreneules i Puigmals) en les activitats esportives d'escalada i espeleologia acompanyats d'unes formadores i expertes en els àmbits esmentats. També hem pogut reprendre el contacte amb la natura dels més petits i petites. Ha estat un any molt carregat d'activitats que han motivat l'equip de monitores ja que hem pogut gaudir de certa normalitat, com ja s'ha dit, rere la Covid-19. Cal destacar que també hem pogut realitzar les Colònies de Primavera de la Ganyota i hem pogut gaudir de Campaments i Rutes d'Estiu.

Finalment, l'equip de monitores hem pogut cohesionar-nos així com formar-nos per a millorar la nostra oferta en el lleure educatiu tot aprofitant els recursos que ens ofereix el MEV (Moviment d'Esplais del Vallès), així com els que ens ofereixen des de la UES. Valorem molt positivament la creixent millora de la relació entre la Ganyota i la UES, tot oferint-nos assessorament en diversos àmbits com les gestions administratives i econòmiques de l'esplai.

A nivell d'equip i d'esplai també fem una valoració positiva de la introducció de la colla de Turonets, que són infants de P4 i P5. Ha estat una incorporació d'una colla molt potent que han pogut introduir-se en els àmbits de la muntanya i les excursions ja des de ben petits. Per últim, afegir l'avenç en el programa d'Intendència sobretot pel que fa als Campaments d'Estiu de la Ganyota. Amb aquesta millora estem intentant evolucionar cada vegada més cap a uns campaments autosuficients i ecològics que ens aportin un contacte més pròxim i sincer amb la naturalesa. Un projecte que, a més, ens agradaria mantenir i millorar poc a poc de cara a curs vinents.

ESPLAI LA GANYOTA

L'equip de monitors està format per 21 monitores i quatre secretaries, els quals es reparteixen en:

Turonets: 3 monitors/es

Moles : 4 monitors/es

Jeronis: 4 monitors/es

Matagalls: 3 monitors/es

Torreneules: 4monitors/es

Puigmal: 3 monitors/es

Enguany hem tingut 114 infants que s'han repartit ens les diferents colles de Turonets, Moles, Jeronis, Matagalls, Torreneules i Puigmals.

A més a més, cal destacar que hem pogut assolir la majoria dels objectius que ens vàrem plantejar a inici de curs sobre l'equip de monitors i monitores. La cohesió que hem aconseguit totes plegades ha estat valorada molt positivament i ha afavorit les activitats que hem preparat per als infants. També hem incorporat noves tècniques i espais per tal de dedicar temps a les cures i així cuidar els vincles establerts. Hem pogut crear un ambient còmode i segur per a treballar plegades en un projecte comú com és l'esplai i poder transmetre així uns valors i uns ideals als infants i joves que assisteixen a l'esplai. Finalment, hem treballat per a formar-nos en matèria de gènere i d'aquesta manera poder gestionar situacions de desigualtat, violència, etc., així com formar i prevenir infants i joves de l'esplai.

Pel curs vinent marxen algunes monitores i per tant, entraran noves persones de fora de l'esplai, ja que tenim generació buida. Enguany no tenim colla de Piques de manera que fins d'aquí dos anys no entraran infants de l'esplai a ser monitors i monitores. A més a més, el curs vinent tindrem un total de set colles: Turonets, Moles, Jeronis, Matagalls, Torreneules, Puigmals i Piques. És per aquest motiu que ens caldran mans per a poder tirar endavant l'esplai. Si no trobéssim monitors i monitores suficients, ens replantejaríem l'oferta que hem iniciat aquest any sobre la colla de Turonets. Cal destacar que aquest curs ha augmentat el nombre d'infants i joves inscrits a l'esplai durant el curs i sobretot als Campaments d'Estiu.

NOVETATS

De cara al curs vinent 2022 - 2023 ens fa molta il·lusió poder recuperar les activitats de lleure educatiu al cent per cent. Des de l'equip de monitores tenim moltes ganes de realitzar un curs sencer recuperant la normalitat rere la situació de pandèmia en que hem viscut durant dos anys. Aquest curs ja hem pogut recuperar moltes de les activitats que duien dos anys sense realitzar-se i ens ha costat una mica assolir-les degut al canvi generacional que hi va haver a nivell d'equip. És per això que tenim moltes ganes de realitzar totes aquestes activitats i esforçar-nos-hi al màxim per tal d'aprendre a realitzar-les i millorar l'oferta de lleure educatiu per als infants i joves que assisteixen al nostre esplai.

ESQUÍ

TEMPORADA 2022-23

ESQUÍ DE FONTS

A 2022 no s'ha realitzat cap sortida. Secció inactiva per manca de relleu

ESQUÍ ALPÍ

A 2022 no s'han reprès els 'Els dimecres a Masella'

ESQUÍ DE MUNTANYA

Curs de tecnificació de descens, curs de cap de setmana, amb 8 participants

CROSS DELS ESQUIADORS

47a Cursa Popular i 9a Caminada de Marxa Nòrdica

Després de dos anys es va poder recuperar el Cross dels Esquiadors en plena normalitat.

El 20 de novembre es va realitzar una nova edició del Cross dels Esquiadors al Bosc de Can Deu,

La cursa popular de 4 o 8 km, una o dues voltes al circuit, va comptar amb la participació de 144 corredors i corredores.

La caminada de marxa nòrdica va oferir un recorregut d'10 km i va comptar amb 78 marxaires. Enguany, la caminada va començar a les 9 matí (una hora abans) per tal de donar temps a tots els participants d'arribar abans del lliurament de premis.

Un any més va ser una jornada festiva, social i solidaria en benefici de la **Marató de TV3, dedicada a les malalties cardiovasculars**, per a la qual es va recaptar i aportar 265€. No hi va faltar el sorteig de material, l'entrepà de botifarra i molt bon ambient.



Clic al vídeo per veure el reportatge de la Marató de TV3



FAMÍLIES

ACTIVITATS REALITZADES A 2022

24/04/2022 La Vall de Llèmena - no es realitza per falta d'inscrits.

30/09/2022 La nit dels ratpenats, organitzat amb Sant Quirze del Vallès Natura. Hi participen 25 persones entre infants i adults. Activitat oberta a famílies i adults.

12/10/2022 Bolets a Vallcebre - Hi participen 9 famílies amb un total de 23 persones.

FOTO-VÍDEO

UES
FOTO



GRUP DE FOROGRAFIA

EXPOSICIONS:

- Al CASAL Pere Quart del 1 al 26 d'abril, exposició col·lectiva dels socis de la Secció.
- Al CASAL Pere Quart del 2 al 22 de novembre exposició del Concurs Natura de la UES.
- Al Centre Cívic Rogelio Soto a partir del 2 de desembre exposició col·lectiva .
- A la Academia de Ciències Mèdiques exposició en homenatge a la nostra companya Elisa Bernat.

Hem fet dues sortides fotogràfiques, una de nit a la nostra ciutat i un altre a Camprodon.

El nostre soci Txema Lacunza, ens ha donat classes de Photoshop, una al mes.

Presentem fotos cada mes per el nostre Mensual i les exposem a la Sala de la entrada.

Col·laborem amb el Centre Excursionista de Castellar fent de jurats del seu mensual de fotografia i del seu Concurs anual.

Hem col·laborat amb la UES, organitzant el Concurs de Natura i portant el Jurat (socis de la FCF) també fent les tasques a Pere Quart per penjar i despenjar les fotografies del Cocurs de Natura.

També hem col·laborat amb el Llibre del Rodal, i en el Concurs de fotos de la Ronda Vallesana.

Ens trobem tots els dimarts de 6:30 a 9 h del vespre.

FOTO-VÍDEO

GRUP DE VÍDEO

Com a projecte principal d'aquest any, esmentem la constitució d'un fons d'**ARXIU DIGITALS** de pel·lícules obert a tots els socis de l'Entitat. Aquest fons conservarà totes aquelles obres que cada autor desitgi, com a arxiu històric i també com a "back up" de seguretat. Romandran custodiades a l'estatge social i tan sols es podrà difondre internament. Per a la difusió externa es demanarà el vist i plau de l'autor o dels seus hereus.

Vam començar les activitats del Grup aquest any, el mes de febrer, per causa de les restriccions al gener per la Covid. Aquest mes vam fer dues reunions i quatre projeccions internes (una d'elles a la Sala de formació).

El mes de **març** vam fer la **1a MOSTRA SOCIAL DE VÍDEO DE LA UES**, ajornada el gener:

- *Pel·lícules del rebost (I)* 16 min. Miquel Cervera
- *Dolomites* 20 min. Jaume Codina
- *Amic Crusafont 2021* 12,5 min. Antoni Viñas
- *Esquí nòrdic a latitud 70* 14 min. Àngel Artigas
- *L'Espluga de Cuberes* 9,5 min. Lluís Fernández
- *Geòrgia* 13,5 min. Josep Rota

Les projeccions van ser seguides d'un sopar de germanor al bar de l'estatge social.

Aquest mes vam realitzar quatre projeccions internes més.

Vam encetar el mes d'**abril** amb una **SESSIÓ RECORD I HOMENATGE** al cineasta terrassenc **CARLES BARBA**:

- *Barcelona era una festa* 1992 22 min.
- *París, 23 Rue Saint Jacob* 1976 22 min.
- *Vacaciones cristianas, Vacances paganes* 1974 11 min.

Sessió seguida d'un sopar al bar de l'estatge social.

A llarg del mes, dues projeccions internes més.

Pel **maig** Sessió del **PROGRAMA D'ESPANYA A LAUNICA 2022**, per deferència dels Companys de Cinema i vídeo del C.E.C

- *Cada 40 segundos* de Dámaris Fuentes-Lorenzo
- *Sachiko* de Miguel Esteve
- *El llibre* de Francesca Català Margarit
- *Ferides* de Joan Pauls
- *Moros en la costa* de Damià Serrra Cauchetiez

Una reunió d'exposició del projecte d'ARXIU DIGITAL de pel·lícules dels socis de l'Entitat

I dues projeccions internes més.

FOTO-VÍDEO

GRUP DE VÍDEO (II)

El més de **juny** vam fer tres projeccions del grup, una d'elles a l'aula de formació i Sessió pública del llargmetratge documental **HOMES DE FUM** del productor bisbalenc **ANTONI MARTÍ**, seguit d'un animat sopar amb la seva presència.

El **juliol** vam fer una tertúlia cinematogràfica i dues projeccions internes i sopar de comiat del curs al bar de l'Entitat.

Pel **setembre** vam celebrar una reunió en que es tornà a exposar el projecte d'arxiu digital ja comunicat el maig i una altra informativa sobre el Premis Miquel Fàbregues.

Vam fer el traspàs efectiu al dit arxiu d'una trentena de pel·lícules del consoci Antoni Viñas i també una tertúlia i una projecció interna.

L'**octubre** el vam dedicar a les quatre sessions dels documentals finalistes dels **PREMIS MIQUEL FÀBREGUES 2022**. (Adjuntem el programa com a annex i l'Acta amb el veredict).

També vam incorporar a l'ARXIU DIGITAL una trentena de pel·lícules del consoci Josep Rota i mitja dotzena més d'en Miquel Fàbregues.

A principis de **novembre** vam fer la Sessió de lliurament del **PREMIS MIQUEL FÀBREGUES** i projecció de les premiades:

- *TANZÀNIA, PERDUTS PERÒ..* BielMacià (a) – Súria
- *CONECTADO AL TERRENO* Alberto Collantes (i) – Madrid
- *EL SECRET MM* Miquel Cervera (a) – U.E.S.

Seguida d'un animat sopar amb la presència dels autors Biel Macià i Miquel Cervera.

A destacar també, la **SESSIÓ A LA SALA D'ACTES DEL C.E.C.** amb una selecció del programa premiat als Premis Miquel Fàbregues d'enguany.

Dues projeccions internes aquest mes i el vam tancar amb la:

SESSIÓ ESPECIAL de JOSEP ROTA en record del fotògraf sabadellenc **ANTONI GRAU**.

- *Antoni Grau, fotògraf* (2000)
- *Tresors d'Eslovènia* (2021)
- *Les ciutats de Flandes* (2022)

Al **desembre** vam tenir una reunió informativa de convocatòria de la 2ª MOSTRA SOCIAL DE VÍDEO de LA UES a celebrar el gener de l'any vinent i dues projeccions internes, així com un sopar de comiat de l'any al bar de l'estatge social.

FOTO-VÍDEO

ANNEX premis Miquel Fàbregues

ACTA dels PREMIS MIQUEL FÀBREGUES de reportatges i documentals, 2022

La selecció dels documentals finalistes entre els 39 admesos a concurs, ha estat feta per Àngela Castellví, Carme Renom, Jordi Micó, Gabriel Bohigas i Ricard Presas.



Reunit el **Jurat finalista** dels Premis format per Ana Villagra, Casimir Josep Alonso, Nando Caballero, Rosa Farré i Rosa M^a Figueras i havent visionat tots els documentals finalistes, acorden atorgar les següents mencions:

- Menció al documental de muntanya
GRITA ECHEYDE de Raúl San Román.
- Menció al documental social
FILLAS DO MAR de Laura A. Esteban.
- Premi Comarcal i Menció al documental divulgatiu
EL SECRET MM de Miquel Cervera.
- Menció al documental de viatges
TANZÀNIA, perduts però trobats de Biel Macià.
- Menció a la producció de
DAIDA BACK TO THE OCEAN de Pablo Ramírez.
- Menció al documental biogràfic
TRAZOS DEL ALMA de Rafa Arroyo
- Menció al documental d'esports d'aventura
CONECTADO AL TERRENO d'Alberto Collantes

Sabadell, el 26 d'octubre del 2022.

El secretari dels jurats i coordinador dels Premis, Josep Rota, en dona fe.

PREMIS MIQUEL FÀBREGUES 2022 de reportatges i documentals



PROGRAMA

Dimecres, 5 d'octubre, 19h. a la Sala d'Actes de la U.E.S.

CONRADO SR.	13 min
Guillermo Álvarez (I) - Castelldefels	
LA LAPONIA FINLANDESA	19 min
Joaquim Clos (a) - Barcelona	
GRITA ECHEYDE	22 min
Raúl San Román (I) - Burgos	
DESCOBRIR TORTOSA	16 min
Antoni Viñas (a) - U.E.S.	

Dimarts, 11 d'octubre, 19h. a la Sala d'Actes de la U.E.S.

MI PEQUEÑO GRAN SAMURAI	22 min
Arantza Ibarra (I) - Ondarroa	
LOS OLVIDADOS	10 min
Javier Goytre (a) - Fuenteovejuna	
CONECTADO AL TERRENO	12 min
Alberto Collantes (I) - Madrid	
GRATACELS AL DESERT	21 min
Ramon Font (a) - Castelldefels	
LES EMPRENTES DE LA LLUM	4 min
Rubén Seca (I) - Barcelona	

Dimecres, 19 d'octubre, 19h. a la Sala d'Actes de la U.E.S.

ABRAZAR LAS ESTRELLAS	8 min
C.Sánchez i M.Cervantes (I) - Toledo	
UN MURAL PARA DIOS	7 min
Martin A. Biaggini (a) - Argentina	
FILLAS DO MAR	17 min
Laura A. Esteban (I) - Pontevedra	
EL SECRET MM	24 min
Miquel Cervera (a) - U.E.S.	
LOS SIETE COLORES	12 min
Alejandro Calderon (I) - Colombia	

Dimecres, 26 d'octubre 19h. a la Sala d'Actes de la U.E.S.

ERMITAÑO	10 min
C.Rincón i A.Calderón (I) - Colombia	
DAIDA BACK TO THE OCEAN	25 min
Pablo Ramírez (I) - Las Palmas GC	
TANZÀNIA, PERDUTS PERÒ...	22 min
Biel Macià (a) - Sùria	
TRAZOS DEL ALMA	14 min
Rafa Arroyo (I) - Ciudad Real	

a : Autor amateur
i : Autor independent

Dimecres, 9 de novembre 19h. a la Sala d'Actes de la U.E.S.

Lectura del veredict del jurat
Lliurament dels premis
Projecció de pel·lícules premiades

U.E.S.: c/ Salut, 14-16 - Sabadell

click FOR FESTIVALS



HISTÒRIA



MEMÒRIA DE LES ACTIVITATS DE LA SECCIÓ D'HISTÒRIA DE L'ANY 2022

EXPOSICIONS

Es va començar l'any tenint penjada l'exposició fotogràfica: **ELS JARDINS ROMÀNTICS DE CAN FEU**, per Aleix Gonzàlez. Vestíbul de la UES (Va durar del 13 de desembre de 2021 al 10 de gener de 2022).

LA CREU ALTA ABANS I ARA. D'Antoni Carbonell, a la biblioteca dels Safareigs, del dia 1 al 25 de febrer de 2022. Exposició feta en col·laboració amb la Secció de Foto Vídeo de l'entitat.

ELS JARDINS ROMÀNTICS DE CAN FEU, per Aleix Gonzàlez, a la biblioteca dels Safareig de la Creu Alta. Dies 1 a 23 de desembre de 2022.

COL·LABORACIONS

S'ha col·laborat en la confecció de "Descobreix el rodal" penjat a la xarxa per la Secció Natura. S'hi ha aportat textos, i també fotografies, tant a nivell particular de membres de la Secció, com de l'Arxiu Fotogràfic, les quals s'han hagut de seleccionar, deixar a punt i enviar i sovint documentar. També hem tingut una modesta col·laboració amb la publicació de l'encertat llibre "Excursions per conèixer el rodal de Sabadell" participant en algunes de les correccions i en la confecció d'un vídeo sobre el rodal que ens varen demanar.

REPRESENTACIONS

Un membre de la Secció d'Història, Josep M. Masagué, ha representat la nostra entitat, al Consell Rector de l'ORGANISME AUTÒNOM LOCAL DE MUSEUS i ARXIU HISTÒRIC DE SABADELL (OAMA). El suplent ha estat Marcel·lí Garriga. El mateix Marcel·lí Garriga ha estat el representant de la UES a la TAULA DE TREBALL DE L'ARXIU HISTÒRIC I ELS MUSEUS MUNICIPALS DE SABADELL, que no ha estat convocat en tot l'any.

Sabadell Ahir Calendari 2023

UES, excursionistes des del 1908



Portada del Calendari de la UES editat per la Secció d'Història

EDICIONS

CALENDARI DE LA UES 2023. Enguany s'ha mantingut el mateix volum de vendes de l'any anterior. És el 31è número que hem publicat.

ARXIU FOTOGRÀFIC

L'arxiu fotogràfic de la UES (AFUES), continua subministrant fotografies a tots aquells particulars i institucions o entitats que les sol·liciten. S'ha enllestit la digitalització dels clixés de vidre del llegat de l'enyorat consoci Ricard Molins i s'ha començat a identificar les fotos i a fer les fitxes.

MGC i LFL. maig de 2023



MARXA NÒRDICA

La secció de Marxa Nòrdica funciona des de l'any 2007 a l'Entitat d'una forma no oficial, fent cursos, però no és fins l'any 2010 que es va constituir com a una Secció més de la Unió Excursionista Sabadell.

En un principi estava dirigida per dues persones sòcies de l'Entitat, l'Elvira Soley i l'Anna Puig, a l'any 2011 hi entraren a col·laborar tres persones més, s'ha anat oscil·l·lant entre 5/6 instructors i en aquest moment som 12 persones que formem la secció: Manuel Barcia, Anna Puig, Josep Maria Manyosa, Núria Crespo, Joana Arroyo, Elisenda Campi, Leonor Valero, Mònica Teixidó, Mònica Gajate, Dolors Muñoz, Núria Llistar i Maria Marminyà, que organitzem les sortides, tallers, cursos. Actualment la persona responsable de la secció és la Maria Marminyà.

Totes les persones de la Secció hem procurat, formar-nos i obtenir la titulació adequada, per tal de poder tenir els coneixements necessaris per portar a terme la tasca d'ensenyament de la tècnica de Marxa Nòrdica al públic interessat.

Durant aquest 2022 dos instructors de la nostra secció, la Leonor Valero i el Manolo Barcia, un cop formats en **Instrucció de marxa nòrdica adaptada per a persones invidents**, han portat a bon terme el primer curset d'iniciació a la tècnica de marxa nòrdica per aquest col·lectiu, amb el valuós suport del Salvador Bardajín, soci de la nostra entitat i col·laborador habitual en activitats de muntanya per a persones cegues amb la ONCE. La iniciativa ha estat molt ben acollida per part de la UES, així com de la mateixa ONCE i també la FEEC. Els resultats obtinguts han estat molt notables, convertint els nostres instructors com a referents en aquest tipus d'activitat per part de la Federació. Tot això ha estat possible en gran part, gràcies a algunes persones que han col·laborat com a voluntàries per fer acompanyament als usuaris. Es tracta de: Antònia Fargas, Conxa Gené, Encarna González, Isabel García, Josefina Domenech, Montse Montero, Pere Fuster, Pilar Fernández i Dolors Muñoz. Més endavant s'hi afegeixen la Rosa Prior, Núria Cano, Toni López, Josep Giralt, Valentí Ladera, Enric Blanca i Lidia Conde. A final d'any s'hauran apartat de l'activitat la Encarna González.

El 2022 ha estat bàsicament un any de canvis interns en la secció. S'ha fet adquisició de material per poder dur a terme l'activitat amb les persones cegues; armilles amb el logo de la secció pels voluntaris i armilles reflectants per la seguretat dels participants. També a petició de la majoria de membres de la secció s'han adquirit jaquetes d'hivern amb el logo de marxa nòrdica UES per als instructors, per poder ser fàcilment identificats en les activitats hivernals.

MARXA NÒRDICA

SORTIDES SOCIALS REALITZADES L'ANY 2022

Diumenge 16 de gener. Santuari del Corredor

Recorregut: Circular

Distància: 10 km

Desnivell: 330 m

Vocal: Mònica Gajate

32 participants

Diumenge 13 de febrer. Dolmen de Pedra Gentil i boscos de Vallgorguina

Recorregut: Circular

Distància: 10 km

Desnivell: 250 m

Vocal: Leonor Valero

59 participants

Diumenge 13 de març. Roques Blaves (Baix Llobregat)

Recorregut: Circular

Distància: 10 km

Desnivell: 300 m

Vocal: Núria Crespo

25 participants

Diumenge 3 d'abril. Castell de Guanta

Recorregut: Circular

Distància: 11 km

Desnivell: 380 m

Vocal:

Participants

Dissabte 18 de juny. La Gola del Ter i la Pletera

Recorregut: Lineal

Distància: 12,40 km

Desnivell: 0 m

Vocal: Maria Marminyà i Núria Llistar

0 participants (16 Inscrits) – ANUL·LADA PER
ONADA DE CALOR

Dissabte 24 de setembre. "Nou intent" La Gola del Ter i la Pletera

Recorregut: Lineal

Distància: 12,40 km

Desnivell: 0 m

Vocal: Maria Marminyà i Núria Llistar

0 participants – ANUL·LADA PER PREVISIÓ DE
PLUJA

Diumenge 16 d'octubre. Volta per Aiguafreda.

NIVELL AVANÇAT

Recorregut: Circular

Distància: 11 km

Desnivell: 380 m

Vocal: Elisenda Campi

12 participants

Diumenge 30 d'octubre. Bany de bosc a Rupit

Sortida amb autocar

Recorregut: Circular

Distància: 12 km

Desnivell: 350 m

Vocal: Manolo Barcia i Maria Marminyà

50 Participants

Diumenge 11 de desembre. Sant Llorenç Savall, ruta de les Escultures i el Castelló

Recorregut: Circular

Distància: 9 km

Desnivell: 210 m

Vocal: Mònica Teixidó

25 Participants

MARXA NÒRDICA

SORTIDES “MARXA NÒRDICA A LA FRESCA 2022”

Divendres 1 de juliol. Camí dels Mussols

Recorregut: Circular

Distància: 11 km

Desnivell: 200 m

22 participants

Divendres 8 de juliol. Barcelona als teus peus

Recorregut: Lineal (transport: FFGC)

Distància: 8 km

Desnivell: 160 m

22 participants

Divendres 15 de juliol. Capricis de lluna i aigua

Recorregut: Lineal

Distància: 13 km

Desnivell: 170 m

0 participants – SUSPESA PER ONADA DE CALOR

Divendres 22 de juliol. De cara a la barraca

Recorregut: Lineal

Distància: 11 km

Desnivell: 150 m

0 participants – SUSPESA PER ONADA DE CALOR

Divendres 29 de juliol. De Marxa al Tibidabo

Recorregut: Circular

Distància: 7 km

Desnivell: 200 m

19 participants

Marxa Nòrdica a la fresca 2022. Sabadell 360° en 4 etapes:

Recorregut: Lineal

Divendres 5 d'agost: De la plaça Taulí a Can Deu;

Divendres 12 d'agost: De Can Deu a Sant Quirze del V.; Divendres 19 d'agost: De Sant Quirze del V. a Barberà del V.; Divendres 26 d'agost: De Barberà del V. a la plaça Taulí

SORTIDES “MARXA AL RODAL PER NADAL”

Dissabte 24 de desembre. Sabadell-Torre Romeu-

Camí de Polinyà-Sant Nicolau-Sabadell

Recorregut: Lineal

Distància: 11,5 km

Desnivell: 245 m

14 participants

Diumenge 31 de desembre. Can Gambús i el torrent de la Betzuca

Recorregut: Lineal

Distància: 13,8 km

Desnivell: 190 m

10 participants



MARXA NÒRDICA

4a "EN MARXA PEL RODAL", CAMINADA DEL CIRCUIT CATALÀ DE MARXA NÒRDICA – FEEC i 1a Caminada Popular Inclusiva

Realitzada el 22 de maig. Va constar de dos recorreguts circulars:

Recorregut 1, "EN MARXA PEL RODAL": 12,5 km i 160 m de desnivell.

Recorregut 2, "Caminada Popular Inclusiva": 7,5 km i 120 m de desnivell.

Els participants podien escollir lliurement el seu recorregut atès que no eren competitiu, tot i que sí cronometrats.

Hi va haver un total de 97 inscripcions, entre els quals 5 persones a la caminada inclusiva. El nivell de participació va ser alt.

10a EDICIÓ DE LA "CAMINADA DE MARXA NÒRDICA DEL CROSS DELS ESQUIADORS"

Data de l'activitat: 22 de novembre

Es realitza conjuntament amb la 47ena edició del "Cross dels Esquiadors".

Recorregut: Circular

Distància: 10 km

Desnivell: 105 m

122 participants en l'activitat de marxa nòrdica

COL·LABORACIONS DE LA SECCIÓ DE MARXA NÒRDICA AMB ALTRES ENTITATS:

- 6 d'abril: Col·laboració amb la Diputació de Barcelona i l'Ajuntament de Sabadell en la caminada de 12 km pel Rodal. Més de 100 participants.
- 30 de setembre: Festa Gran de l'Ajuntament de Sabadell al CAP Sant Oleguer. Tastet de marxa nòrdica. 4 participants.
- Octubre: 4 sessions de marxa nòrdica al CAP Torre-Romeu, organitzades per l'Ajuntament de Sabadell en el programa d'inclusió social i salut.

MARXA NÒRDICA

CURSOS BÀSICS D'INICIACIÓ A LA MARXA NÒRDICA

En motiu de la situació covid del moment hem canviat el format dels cursos, substituint la part teòrica de 2 hores que fins ara es realitzava al local de la UES per una matinal de dissabte a l'amfiteatre del Parc Catalunya, combinant teoria amb exercicis pràctics. Aquest format ha agradat tant als participants com als monitors de la secció, quedant definit com a format habitual dels nostres cursets d'ara endavant. El material teòric s'envia als cursetistes per email per tal que en tinguin constància i ho puguin repassar.

1ª Promoció de persones amb ceguesa parcial o total amb diploma de Curs Bàsic d'Iniciació a la Marxa Nòrdica.

Dates: 10, 17, 24 i 31 de gener, dos matins de 4 hores, durada total: 8 h.

Formació impartida per la Leonor Valero i Manolo Barcia, instructors de la secció especialitzats en marxa nòrdica per a persones cegues i de baixa visió.

6 participants

XXXIIIè Curs Bàsic d'Iniciació a la Marxa Nòrdica

Cap de setmana del 5 i 6 de febrer, dos matins de 4 hores, durada total: 8 h.

Curs impartit pel Manolo Barcia i la Leonor Valero

14 participants

XXXIVè Curs Bàsic d'Iniciació a la Marxa Nòrdica

Cap de setmana del 30 d'abril i 1 de maig, dos matins de 4 hores, durada total: 8 h.

Curs impartit per la Maria Marminyà amb el suport del Manolo i la Leonor

8 participants, entre els quals un sense visió i un de baixa visió.

XXXVè Curs Bàsic d'Iniciació a la Marxa Nòrdica

Cap de setmana del 22 i 23 d'octubre, dos matins de 4 hores, durada total: 8 h.

Curs impartit per la Mònica Gajate i la Mònica Teixidó

14 participants, entre els quals un sense visió i un de baixa visió.

XXXVIè Curset Intensiu d'Iniciació a la Marxa Nòrdica per als voluntaris de l'entitat Arteneu

Data: 12 de novembre, un matins de 5 hores, durada total: 5 h.

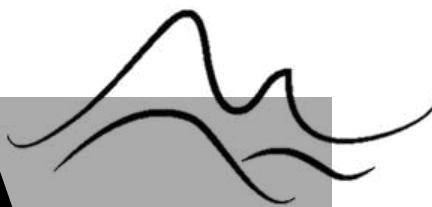
Jornada formativa específica per al personal de l'entitat sabadellenca Arteneu, dedicada al lleure i formació d'infants i joves amb problemes d'inclusió.

Curs impartit per la Núria Crespo, Núria Llistar i Maria Marminyà

5 participants.

A més, es continuen fent les **sortides diàries** -de dilluns a divendres- a diferents punts de la ciutat i en diferents nivells. A 2022 s'han mantingut actius 8 grups en horari de matí o tarda.

MUNTANYA



Presentació.

L'any 2022 s'han aixecat la majoria de les restriccions per la pandèmia però han continuat les mesures de seguretat en les sortides col·lectives durant una part important de l'any.

El calendari de sortides estava format per 22 excursions al llarg de l'any. Dues de les quals (El Gra de Fajol del 19 de març i les vies ferrades d'Andorra, el 25 de juny) es van haver de suspendre. S'han recuperat les Sardanes a la Mola i la Ronda Vallesana, que figuren en el calendari encara que l'organització correspon a l'entitat i la Secció hi col·labora. També es va poder tornar a organitzar amb normalitat la Portada del Pessebre que, en aquesta ocasió, es va portar al Santuari de la Mare de Déu de Corbera.

Destaquem algunes de les activitats organitzades per la Secció de Muntanya i altres en les que hi ha col·laborat la Secció:

- Organització de la **XLII edició de la Ronda Vallesana** que va tenir lloc el dia 2 d'octubre de 2022. El dos itineraris (curt i llarg) van recórrer els voltants de Gallifa, en un dia excel·lent i amb una gran participació.
- L'organització de la primera edició de la **travessa Sabadell-Montserrat**, qualificada com a travessa de resistència que va comptar amb la participació de 13 excursionistes.
- L'organització d'una sortida especial **Arròs a la muntanya**, el 21 de maig, que consistia en fer dos itineraris (un de curt i un de més llarg), sortint de Castellar Vell i acabant en un dinar de germanor, cuinat pel soci de l'entitat i membre de la Secció, Juan Martí. Aquesta sortida va comptar amb la participació de 22 excursionistes.
- Organització de la **Portada del Pessebre al Santuari de la Mare de Déu de Corbera**, que constitueix l'activitat de la Secció amb major participació. Enguany hi van participar 42 excursionistes.
- També cal destacar la participació d'alguns membres de la Secció en l'elaboració del llibre *Excursions per conèixer el rodal de Sabadell* i en el qual la Secció col·laborava en la redacció del llibre, algunes de les fotografies i el repàs d'alguns dels itineraris.
- Després de l'edició del llibre, l'entitat va decidir organitzar unes sortides per seguir alguns dels itineraris del llibre sota el nom de **Camina amb els autors**. En la primera sortida es va seguir l'itinerari 14, Els tres turons de la serra de Galliners, amb una gran afluència de participants. La secció va col·laborar en l'organització i la participació.
- Finalment destaquem que la Secció continua participant activament en l'organització de les **Xerrades sobre APPs de meteorologia, orientació, muntanya i altres temes informàtics** (Apps Muntanya).

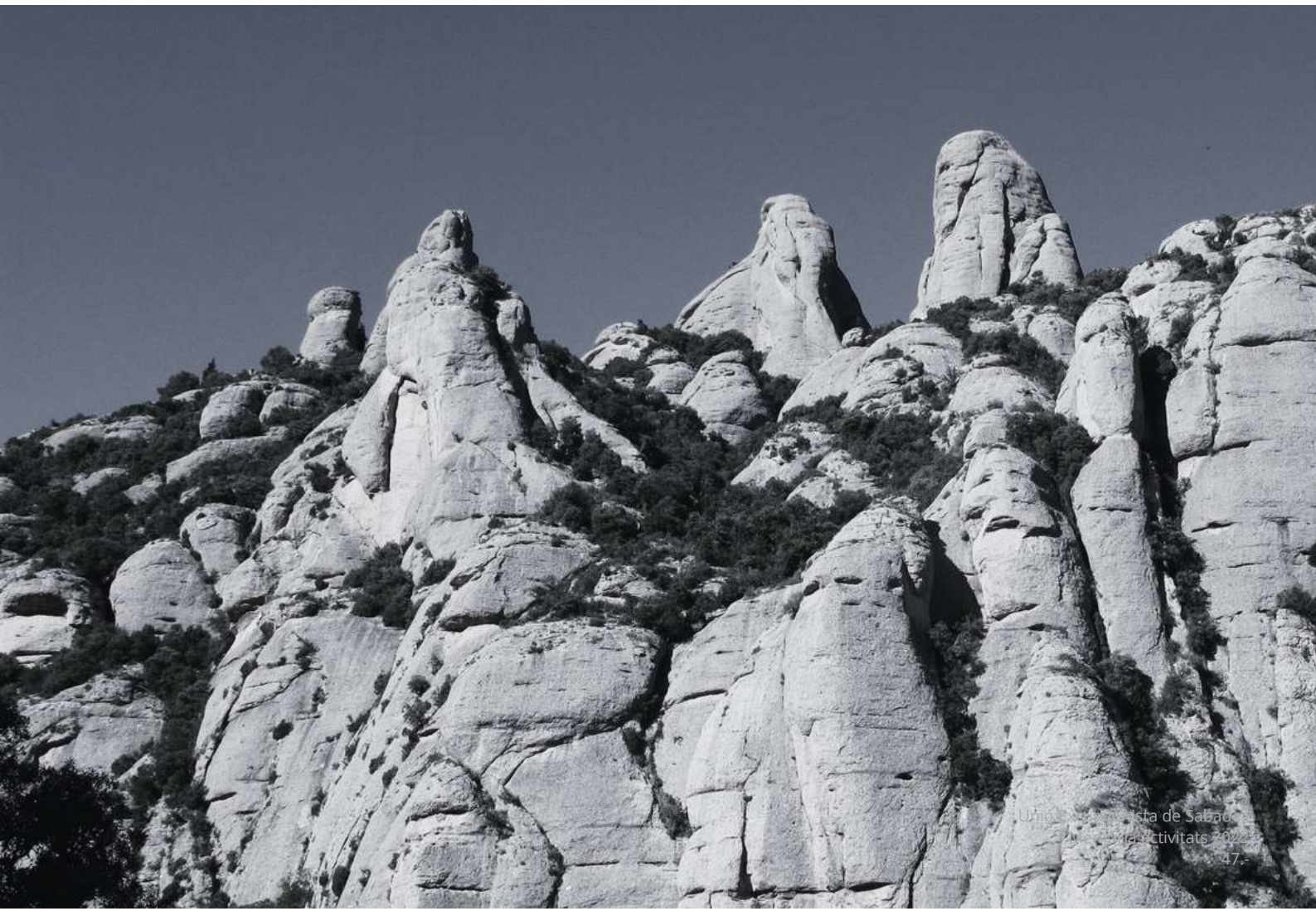
MUNTANYA

Dades estadístiques.

- Sortides programades per la Secció de Muntanya: 22
- Sortides organitzades per la Secció de Muntanya: 18
- Sortides suspeses: 2
- Sortides amb participació en l'organització: 2
- Nombre de vocals: 15
- Resum de participació. Total participació: 306, Mitjana: 17, Participants únics: 91.

Difusió.

- Blog de la Secció de Muntanya: Secció de Muntanya.
- Calendari d'activitats de la secció, (Calendari 2022).
- Missatgeria instantània: Whatsapp, 101 membres
- Xarxes socials: Facebook (SECCIÓ MUNTANYA UES, 222 membres), Instagram (ues_muntanya, 758 seguidors) i Flickr (Flickr).



NATURA

CICLE D'EXCURSIONS PER A CONÈIXER LA NATURA

El 2022, després d'un 2021 marcat per la incertesa de l'evolució de la pandèmia, vam poder tornar a programar i publicar el tradicional calendari anual d'Excursions per a conèixer la natura. Tot i això, varem programar un total de 29 excursions socials, en el que ha estat el 35è any consecutiu d'aquest cicle d'excursions per a conèixer la natura.

Com sempre va ha haver-hi una gran diversitat d'excursions, amb centres d'interès sobre flora, fauna, història, mineralogia, geologia, biologia, ecologia, ornitologia, geografia, etc.

Aquestes són les sortides que, malgrat tot, es van poder realitzar:

9 de gener del 2022

Sortida al pujol Blanc, al terme de Sant Quirze del Vallès, cercant els roures monumentals d'aquesta zona.

30 de gener del 2022

Travessa del terme de Lliçà d'Amunt, tot visitant Sant Esteve de Palaudàries i l'ermita romànica de Santa Justa. Paisatge típicament vallesà, amenaçat pel projecte del Quart Cinturó

6 de febrer del 2022

Matinal pel Parc fluvial del riu Ripoll. Ascensió a l'històric turó i castell d'Arraona, per acabar a la Salut, bressol de la vil·la romana d'Arraona.

12 de febrer del 2022

Ruta per Collserola, sortint de Valldoreix, Can Montmany, ermita de la Salut i ascensió al puig Madrona

26 de febrer del 2022

Excursió a la serra del Tormo, a les Terres de l'Ebre, acompanyats per l'Agrupació Excursionista la Picossa de Móra d'Ebre.

5 de març del 2022

Matinal naturalística per la rodalia de Terrassa, a Sant Miquel de Gonerres i les gorges de la riera de Gaià, amb el curiós fenomen geològic erosiu de les dames coiffées.

12 de març del 2022

Ruta poc coneguda de pujada al santuari de Santa Maria de Queralt (Berguedà), al capdamunt de la serra de Queralt, espai d'interès natural.

19 de març del 2022

Matinal al pic del Vent, al cim del Farell (816 m), a Caldes de Montbui.

26 de març del 2022

Ruta de Vilabella a Montferri, a l'Alt Camp, els meandres del riu Gaià i el seu bosc de ribera, fins al cim de la Tossa Grossa de Montferri.

2 d'abril del 2022

Visita guiada especial al Museu de la Vida Rural, de l'Espluga del Francolí, i al seu jardí etnobotànic.

9 d'abril del 2022

Recorregut matinal per la Reserva Natural del Delta del Llobregat, amb visita a l'estany de la Ricarda, una zona humida excepcional, important refugi d'ocells migratoris.

NATURA

CICLE D'EXCURSIONS PER A CONÈIXER LA NATURA

30 d'abril del 2022

Recorregut per l'espai natural protegit de les serres de Bellmunt i d'Almenara, a la Noguera. Dinar i visita al Castell del Remei.

8 de maig del 2022

Matinal per panoràmics paratges de la serra de l'Obac, a les serres del Ginebral i del Panissar, amb el Centre Excursionista de Rellinars.

28 de maig del 2022

Matinal per la serra de Galliners, pulmó verd de la nostra comarca i punt clau de la Via Verda o corredor ecològic entre Sant Llorenç del Munt i Collserola.

11 de juny del 2022

Itinerari pel massís del Catllaràs, al Berguedà, a Sant Jaume de Frontanyà i la capçalera de la riera de Merlès.

8 d'octubre del 2022

Visita guiada al Jardí Botànic Marimurtra, de Blanes, un dels jardins més bells de la Mediterrània. Després ruta pel Delta del riu Tordera.

29 d'octubre del 2022

Ruta per l'espectacular congost de Mu, al riu Segre, amb observació de voltors.

19 de novembre del 2022

Caminada naturalística per l'Espai protegit de la Ribera Salada, al Solsonès, a la zona del pont del Clop i les gorges del canal Serpent.

26 de novembre del 2022

Ruta per l'inhòspit torrent de la coma d'Aumà i els rodals del Paller de Tot l'Any, singular fita visual de la serra de l'Obac, al Parc Natural de Sant Llorenç del Munt, amb el Centre Excursionista de Rellinars.

11 de desembre del 2022

Matinal des del Castell de Sentmenat fins al turó de la Torre Roja i el seu interessant poblat ibèric. Els boscos del Vallès profund.

ACTIVITATS PEDAGÒGIQUES

De febrer a juny i d'octubre a desembre de 2022

Itineraris pel rodal de Sabadell per a escolars
Dins del marc del contracte per al monitoratge i desenvolupament dels itineraris de medi rural dins el programa Ciutat i Escola pel curs escolar 2021-2022 i 2022-2023, els monitors de la Secció Natura han realitzat el monitoratge de quatre itineraris pedagògics diferents pel rodal de Sabadell per als centres educatius de Sabadell: 1) Torrent de Colobrers – riu Ripoll; 2) Geologia del Ripoll; 3) El Bosc de la Salut; i 4) El rodal ben net. L'oferta d'itineraris s'ha concretat en una oferta de tres itineraris per

setmana (a realitzar els dimecres, dijous i divendres) amb un monitor per itinerari (en els quatre primers itineraris) i dos monitors en el cas de "El bosc de la Salut", per tal de garantir la qualitat pedagògica de l'activitat (adreçada a infants de P4-P5-1r i 2n d'EP).

En total s'han realitzat 23 activitats al llarg de l'any, tot i que les mesures Covid van continuar condicionant-ne la realització. Es varen fer amb totes les precaucions: tothom amb mascareta tot i ser a l'exterior, els folis i els colors els porta l'escola, etc.

NATURA

CONFERÈNCIES / XERRADES

Cicle de CAFÈS CIENTÍFICS 2022

Activitats realitzada conjuntament amb Corporació Sanitària Parc Taulí; Institut Català de Paleontologia Miquel Crusafont; ADENC; Fundació Bosch i Cardellach; Associació la Ruda, Agrupació Astronòmica Sabadell, i Acadèmia de Ciències Mèdiques filial del Vallès Occidental. Les sessions tenen lloc a la sala d'actes, habilitada com a bar, de la Unió Excursionista de Sabadell. Aquest any totes les sessions ja es van poder fer presencials, però també es podien seguir telemàticament.

15 de febrer del 2022

ADENC. La conservació de la flora alpina al Pirineu en el context del canvi climàtic. A càrrec de David Muñoz, ecòleg terrestre.

15 de març del 2022

Secció Natura UES. Verd urbà: molta més salut del que ens pensem. A càrrec de Pablo Knobel, epidemiòleg ambiental investigador de l'Hospital Mount Sinai de Nova York. Aquesta sessió es va fer en format híbrid, ja que el conferenciant va participar-hi des de Nova York.

26 d'abril del 2022

Institut d'Investigació i Innovació Parc Taulí. La innovació tecnològica en el sistema sanitari. Què fem al Taulí? A càrrec de Lluís Blanch, doctor en medicina, especialista en Medicina Intensiva.

17 de maig del 2022

Fundació Bosch i Cardellach. Podem fer-nos invisibles? A càrrec d'Àlvar Sánchez Moreno, catedràtic de Física Aplicada de la UAB

21 de juny del 2022

La Ruda, amics de Can Deu per a l'agricultura ecològica. L'agricultura del carboni, una estratègia per a la producció d'aliments al segle XXI. A càrrec de Joan Romanyà, professor d'Edafologia de la UB.

20 de setembre del 2022

Agrupació Astronòmica de Sabadell. La frontera glaçada del Sistema Solar. A càrrec de Carles Schnabel, divulgador de l'astronomia.

18 d'octubre del 2022

Acadèmia de Ciències Mèdiques. L'ajuda a morir, un dret nou. A càrrec de Pablo Hernando, psicòleg i màster en bioètica.

15 de novembre del 2022

Institut Català de Paleontologia Miquel Crusafont. 20 anys de la troballa d'en Pau, el primat que ho va canviar tot. A càrrec d'Isaac Casanovas, paleontòleg.

3 novembre 2022

Acte de presentació de l'app Rodal SBD, una aplicació per a mòbil que permet descobrir, conèixer i identificar sobre el terreny més de 500 elements d'interès del rodal de Sabadell: masies, fonts, ermites, arbres singulars, patrimoni històric, etc. L'acte es va cloure amb un tastet de productes del rodal, a càrrec de la cooperativa El Rodal, botiga agroecològica.

6 de novembre del 2022

Fes servir l'app del Rodal! Matinal per a fer pràctiques amb la nova aplicació Rodal de Sabadell. Ruta tranquil·la per gaudir del rodal de Sabadell (riu Ripoll, Togores i la Salut) amb l'objectiu de fer pràctiques d'ús de la nova aplicació per a mòbil "Rodal SBD".

NATURA

ALTRES ACTIVITATS

28 de gener de 2022

ACTE DE PRESENTACIÓ DEL CALENDARI D'EXCURSIONS 2022.

Trobada dels amics de la Secció Natura amb motiu de la presentació del calendari d'excursions de 2022. Ja son 35 anys de calendaris d'excursions per a conèixer la natura- L'acte va començar amb un homenatge a la nostra estimada companya Teresa Galbany, finada recentment.

Després, va haver-hi l'actuació de Corrandes són corrandes, grup de música tradicional i cançó de vers improvisat.

20 febrer de 2022

XIV FESTA DE L'ARBRE

Participació en les tasques de reforestació del Parc Agrari de Sabadell. Amb la participació i animació de SabaCirc i batucada amb el grup Arrítmia. Organitzat conjuntament amb el Grup d'Esplai La Ganyota. En col·laboració amb el Departament de Sostenibilitat i Gestió d'Ecosistemes de l'Ajuntament de Sabadell.

23 d'abril del 2022

Parada de llibres de Sant Jordi

Llibres de natura, excursionisme, medi ambient, guies, llibres de natura, espais naturals, narrativa ecologista, muntanya i alpinisme, contes de natura per a infants... A la Rambla.

Participació en la Campanya contra el Quart Cinturó.

29 de maig del 2022

Mou-te conta el Quart Cinturó! Mobilització al bosc de Can Deu en commemoració dels 30 anys d'activitat de la Campanya Contra el Quart Cinturó. Celebració reivindicativa i festiva amb actuacions musicals, tallers i parades d'entitats, animació amb gegants i timbalers, parlaments, etc.

La Secció Natura es va encarregar d'organitzar la marxa a peu des del Parc Catalunya fins a l'indret de la concentració, al bosc de Can Deu, passant per Can Llong i Mas Canals.

La commemoració va servir per a actualitzar el lema dels primers passos de la Campanya el 1992. Del "Quitrà o vida" passem al "Quart Cinturó o vida".

Participació en la Taula del Rodal, de l'Ajuntament de Sabadell, en representació de la UES.

Gener a desembre de 2022

Manteniment i renovació de la web de la Secció Natura

Tasques de manteniment, millora i actualització de la web de la Secció Natura. Canvi i actualització del gestor de continguts.

Manteniment i ampliació de la col·lecció fotogràfica Flora del Vallès, que es pot seguir a la web, seguint el calendari floral.

Manteniment i ampliació de la galeria fotogràfica d'excursions de natura, espais naturals, flora i fauna a la plataforma flickr.

NATURA

MAPA-WEB “DESCOBREIX EL RODAL DE SABADELL” i APP RODAL DE SABADELL

Tercera fase de manteniment i petits desenvolupaments de la pàgina web que ofereix un mapa del rodal de Sabadell en el qual es poden fer cerques i localitzar-hi més de 500 elements d'interès del rodal: masies, fonts, arbres singulars, ermites, molins, castells, elements històrics, topogràfics, etc.

L'objectiu del mapa és ajudar a descobrir i conèixer la infinitat d'elements d'interès que hi ha al rodal de Sabadell, que per a nosaltres abasta tots els paratges rurals i naturals on es pot arribar sortint d'excursió a peu des de Sabadell.

Les cerques es poden fer per nom, tipologia, per centres d'interès (etiquetes) o combinacions dels anteriors. Els elements queden situats sobre el mapa i se n'obre una fitxa informativa amb fotografies. Es tracta d'un projecte obert, que es va completant i millorant, en col·laboració amb la Secció d'Història de la UES.

El 6 de novembre del 2022 es va presentar una nova fase del projecte, consistent en la posada en marxa d'una aplicació per a mòbil lligada al mapa digital del rodal de Sabadell. Es tracta d'una aplicació mòbil nativa per a sistemes Android i iOS integrada a l'actual mapa digital del rodal de Sabadell, amb contingut compartit tant per la web com per l'app, autogestionat. Mitjançant la localització l'app permet la identificació dels elements propers, així com determinar la distància lineal i direcció des d'una posició sobre el terreny fins un element concret del mapa introduït al cercador.

SENDERS



La Secció de Senders està formada per dos grups diferents, uns que surten els **dissabtes** i els altres els **diumenges**.

Hi ha excursionistes que fan sortides amb tots dos grups.

Funcionem amb dos equips organitzadors diferenciats. Algunes persones formen part dels dos equips.

Els dos equips es coordinen per fer el calendari.

Comencem l'any 2022 amb certa inquietut per la nova variant de covid (l'Omicron) doncs va pujant l'índex de contagi, tot i així i amb precaució programem sortides. Els dissabtes entre El Berguedà i El Ripollès. Els diumenges excursions per diverses comarques.

Ens comuniquem amb els senderistes per mitjà del correu electrònic i de la web. S'ha creat un grup de whatsapp, per donar informació de les possibles incidències i s'hi penjen les fotografies que els participants envien. També per l'APP.

Incorporem al correu les adreces dels participants a les sortides i els enviem l'anunci de l'obertura d'inscripcions i informació sobre la sortida.

Senders de dissabte

L'equip organitzador de les sortides del 1er semestre ha estat format per cinc persones. A mig semestre hi han hagut baixes i altes de col·laboradors.

Ens hem reunit al local social un dia al mes. Després de fer la sortida.

Pel 2on semestre, a l'equip organitzador s'hi han incorporat 2 nous col·laboradors, el composem: Julià, M. Navarro, Amador, Ana M^a, M^a. Lluïsa i Conxita. Per al desplaçament de les preparacions seguim comptant amb en Joan Manau.

L'assistència mitjana ha estat de 42 persones / sortida.

El preu de les sortides ha variat segons la ruta i per la pujada del combustible.

El balanç econòmic del curs és d'un superàvit aproximat de 1190 €.

Pel 2023, és preveu fer excursions per El camí vora TER

LES SORTIDES HAN ESTAT AQUESTES:

- 15 gen: Lluçà - Sant Andreu de Sagàs, passa al febrer per elevat risc de contagis
- 5 feb: Lluçà - Sant Andreu de Sagàs
- 5 març: Vallcebre - Cingles de Vallcebre - Vallcebre
- 2 abril: Vallfogona de Ripollès-Puig d'Estela-Vallfogona
- 14 maig CELEBRACIO 50 ANYS UES
- 4 juny: GR -210, Sant Joan de les Abadesses - Ripoll, dinar de germanor
- 17 set: Bagà - Via Nicolau - Font de l'Alou - Bagà
- 15 oct: Borredà - Gorgs - Borredà
- 12 nov: Sant Pau de Segúries - caminant entre fagedes.
- 3 dec: Gironella - L'Espunyola

SENDERS

Senders de diumenge

Enguany l'equip organitzador ha estat format per 3 persones amb la nova incorporació de M. Pilar Fernández i de l' Amador Ruiz.

S'ha decidit no seguir cap GR, ni PR, concret. En Manuel Barcia, ha aportat una llista d'excursions que és realitzaran per diverses comarques Hem fet una sortida de cap de setmana de 3 dies a LA TINENÇA DE BENIFASSA, amb estada a EL BOIXAR, èxit absolut.

L'assistència mitjana ha estat de: 22,22 persones/sortida.

El balanç econòmic del curs és d'un superàvit aproximat de 826 €.

El preu de les sortides ha variat segons segons trajecte i per l'increment sobtat del combustible.

Degut a l'increment del cost de l' autocar i a la baixa assistència, hem estat debatent la possibilitat de fer sortides amb transport públic. S'ha gestionat amb la companyia del bus del Parc i no hem vist la possibilitat de poder entrar tots en el mateix servei. Seguirem amb autocar, introduint alguna excursió amb tren.

Per qüestions de logística l'obertura i tancament d'inscripcions s'ha avançat uns dies.

LES SORTIDES HAN ESTAT AQUESTES:

- 30 gen: La Barata (Coll d'Estenalles – Pont de Vilomara
- 20 feb: Castellterçol- Gallifa
- 1-2-3 abril: La Tinença de Benifassa. El Boixar
- 24 abril: Vilanova de Prades - Circular
- 29 maig: Santa Fe del Montseny - Arbúcies
- 19 juny: L'Ametlla de Mar- L'Ampolla
- 25 set: Regió d'Agulles (Ajornada per falta d'inscripcions)
- 23 oct: Santuari de Cabrera
- 24 nov Regió d'Agulles
- 17 de Collserola – Barcelona als Peus

Pel 2023 es preveu programar pel primer semestre la travessa Del Camí de les Terres del Gaià, combinat amb dues sortides de 3 dies per fer la ruta dels "Set pobles de la Tinença" amb estada a El Boixar.

També estem estudiant fer sortides d'entre setmana pel Rodal, seguint els itineraris del nou llibre. seràn excursions **SENDERS KM 0**.



Unió Excursionista de Sabadell

C. Salut, 14-16- 08202 Sabadell
T. 93 725 87 12- info@ues.cat
www.ues.cat



ues

Sabadell