

2025 MEMÒRIA D'ACTIVITATS

 **Unió Excursionista de Sabadell**





UES

Unió Excursionista de Sabadell

C. Salut, 14-16- 08202 Sabadell

T. 93 725 87 12- info@ues.cat

www.ues.cat



UES

Sabadell

ÍNDEX

- 05** Presentació
- 06** Junta Directiva
- 08** La UES en números
- 11** Comunicació
- 12** Activitats destacades
- 15** Activitats administració/junta, formació, comissions
- 23** Activitats/memòria seccions

PRESENTACIÓ

En aquesta memòria d'activitats 2025 veureu que, al llarg de l'any, hem continuat organitzant un gran nombre d'activitats, reafirmant així el compromís de la nostra entitat amb la promoció de l'esport a través de l'excursionisme i de totes les disciplines vinculades a la muntanya. Seguim apostant pel foment d'hàbits saludables, la cohesió social i la voluntat de connectar cultura i natura com a eixos essencials del nostre projecte.

La implicació i l'entusiasme de totes les seccions i del personal de la UES continuen sent fonamentals per oferir un programa d'activitats ampli, divers i obert a tothom. Valorem molt positivament la feina feta durant aquest any i la resposta de les persones participants.

Tot i això, som conscients que el relleu generacional segueix sent un dels principals reptes de l'entitat. Persistim en una tendència de disminució del nombre de socis i sòcies, així com en l'augment de seccions inactives. Davant d'aquesta realitat, es fa imprescindible redoblar esforços per revertir la situació: reactivar seccions, captar noves persones sòcies i garantir la continuïtat d'aquelles que encara es mantenen actives però que necessiten suport per assegurar el seu futur.

Tenim, doncs, el repte i també l'oportunitat de reforçar el teixit social de la UES. Entre totes i tots hem de continuar treballant per construir una entitat viva, dinàmica i preparada per als reptes del futur.

Gràcies a tots i a totes els qui ho feu possible. Seguim #fentciutat i #noparem.

#somUES #viulaUES

La Junta Directiva
Abril 2026



JUNTA DIRECTIVA

Junta Directiva 2025

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

SECCIONS I PERSONAL

21

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

RESPONSABLES SECCIONS

AVENTURA: *Inactiva*

BTT: Marta Vilanova

CAMPAMENT: Magda Picola

CULTURA: Anna Xirau

CURSES D'ORIENTACIÓ: Ricard Masferrer

CURSES x MUNTANYA: *Inactiva*

ESPELEOLOGIA: Manel Llenas

LA GANYOTA (esplai): Arnau, Berta, Irene, Marina (curs 24-2025)

Berta Suñer, Salut Estop, Elna Valls i Valèria Vidal (curs 2025-26)

ESQUÍ ALPÍ: *Inactiva*

ESQUÍ FONTS: *Inactiva*

ESQUÍ DE MUNTANYA: Sense activitat a 2025

FAMÍLIES: *Inactiva*

FOTO VÍDEO: Mercè Boladeras (fotografia) i Josep Rota (Vídeo)

HISTÒRIA: Lluís Fernàndez, Marcel·lí Garriga

JOVES: *Inactiva / sense responsable*

MARXA NÒRDICA: Maria Marminyà

LA CARENA (coral): Júlia Miralles

MUNTANYA: Enric Malvesí

NATURA: Francesc Macià

SENDERS: Concepció Bastardas

VETERANS: *Inactiva*

ALTRES (comissions i serveis)

ARXIU i BIBLIOTECA: Maite Santasuana

CAMINADES SALUDABLES/EXCURSIONS DEL

DIMECRES/EXTRAESCOLAR/ESPLAI LA MOLA: Administració

CASAL ESTIU: Diana Cirera (direcció casal)

ESCOLA DE MUNTANYA: Ferran Martínez

INCLUSIVA: Comissió de treball

4

PERSONAL LABORAL FIX

GERÈNCIA, ADMINISTRACIÓ, COMPTABILITAT I SECRETARIA

Elisenda Campi, Montserrat Ginesti i Diana Cirera

CONSERGERIA

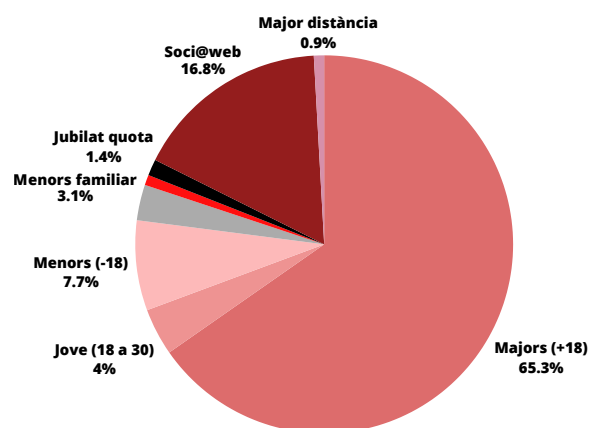
Salvador Basachs

LA UES EN NÚMEROS

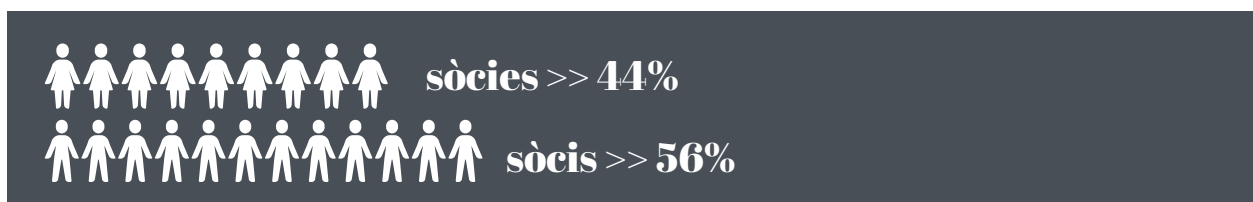
SOCIS/ES a 2025

Socis totals a 31/12/2025: 1.934 (a tancament de 2024: 1.978)

Majors (+ de 18 anys)	1263
Jove (18 a 30)	78
Menors (-18 anys)	149
Menors familiar	59
Major distància	17
Jubilat/honorífic	17
Jubilatat amb quota	27
Soci@web	324

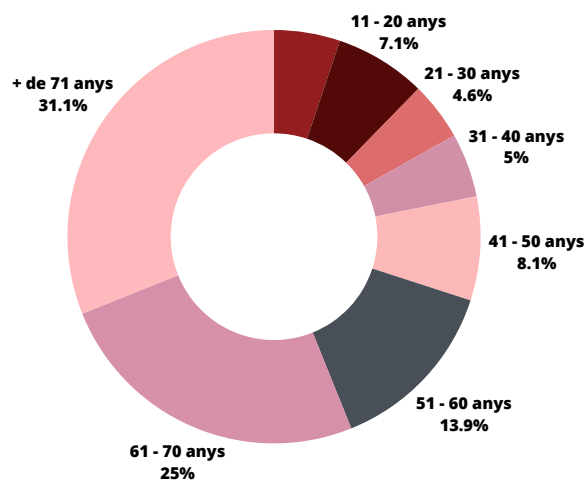


*El 2025 és el primer any que s'aplica la quota jove (18 a 29 anys) i la infantil passa a denominar-se 'menors' i ho son fins els 18 anys.

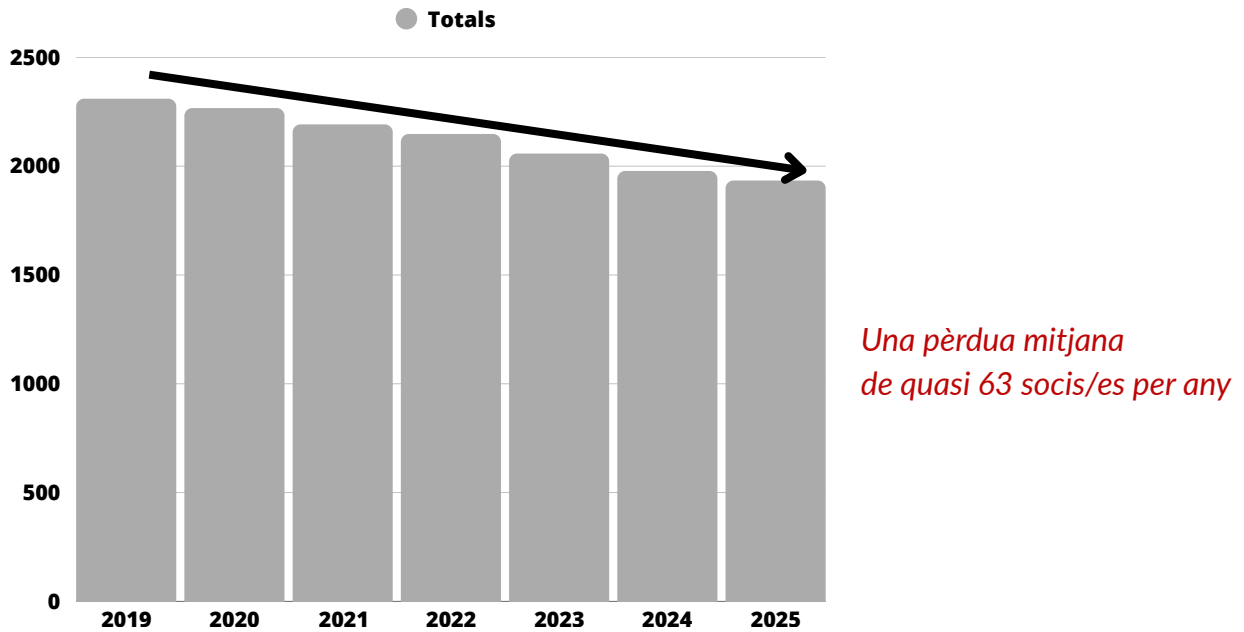


EDATS

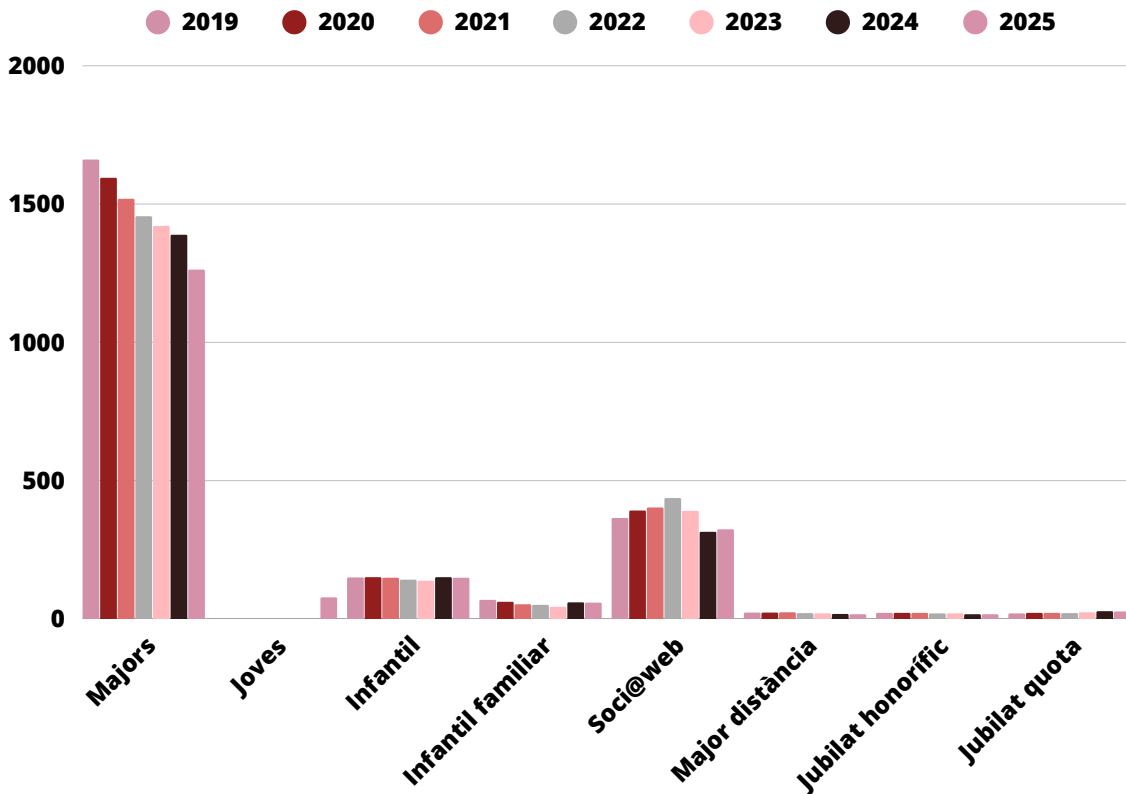
fins 10 anys	100
11-20 anys	138
21- 30 anys	88
31 -40 anys	97
41 - 50 anys	157
51 - 60 anys	269
61 - 70 anys	484
+ de 71 anys	601



SOCIS/ES TOTALS PER ANYS



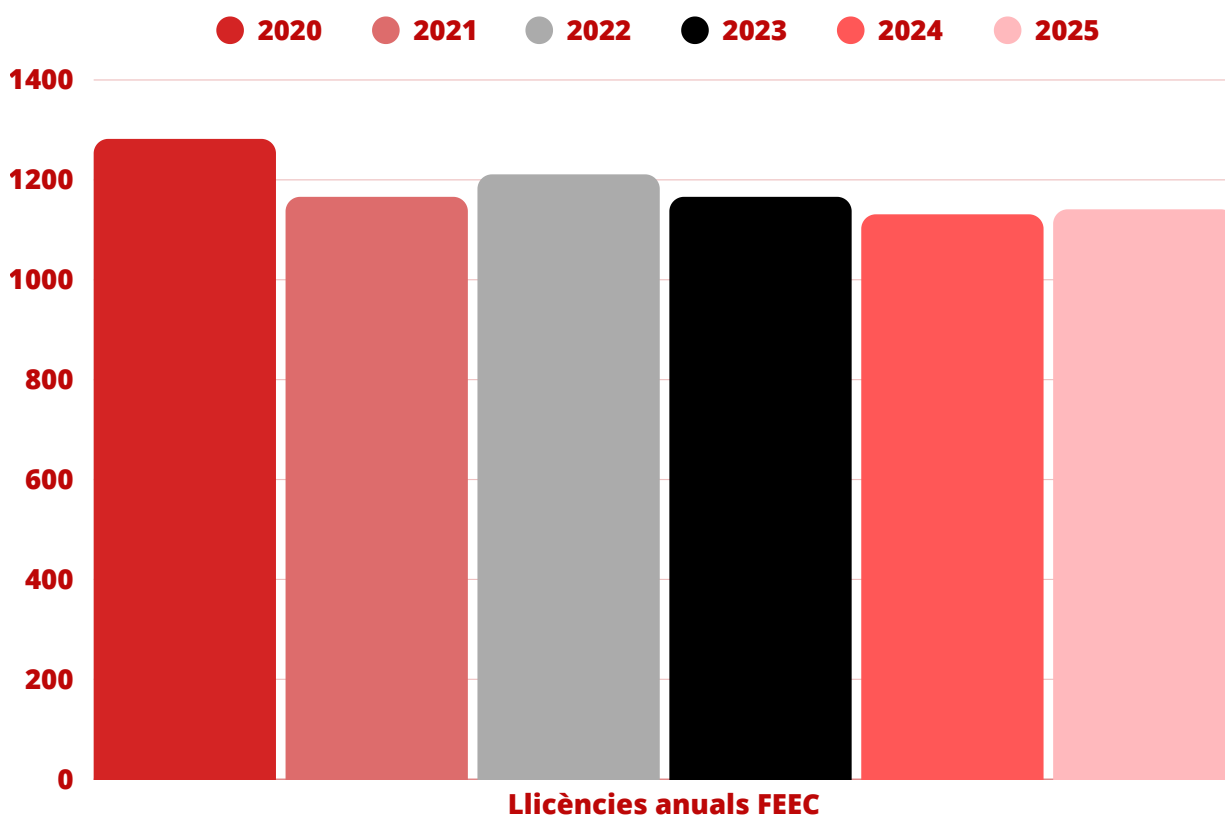
EVOLUCIÓ TIPUS DE SOCI



LLICÈNCIES FEDERATIVES

A 2025 hem tramitat **1.210** llicències federatives (1.190 a 2024).

- 1.141 federats/federades FEEC (vs 1.131 a 2024) - inclou anuals i temporals de dia
- 26 federats espeleologia (vs 22 a 2024)
- 43 federats orientació (vs 37 a 2024)



COMUNICACIÓ

XARXES SOCIALS ACTIVES

*dades a 07/04/2026

@Uesabadell

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



INSTAGRAM

3.923 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**



FACEBOOK

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



YOUTUBE

Hi ha publicats diversos vídeos de temàtica diversa i s'hi publiquen les sessions del Cicle de Xerrades muntanya i altres temes d'interès. El canal compta amb 139 seguidors.



NEWSLETTER QUINZENAL

s'envia quinzenalment amb les activitats destacades i altra informació d'interès.

S'envia a 3,433 adreces de correu electrònic i un 30% de taxa d'obertura.



AGENDA MENSUAL

Mensualment es publica l'agenda amb totes les activitats programades. El díptic/agenda s'imprimeix i es pot recollir a secretaria de l'entitat.



CANAL DE WHATSAPP

Es tracta d'un canal de whatsapp, unidireccional, en el qual es publica l'agenda setmanal, s'informa d'obertures d'inscripcions, activitats destacades, entre d'altres.

El canal compta amb 317 seguidors.



PERFIL WIKILOC

El perfil recull rutes ordenades en diferents llistes (muntanya, senders, rodal...) que classifiquen els itineraris i alhora en facilita la cerca per part dels usuaris. Aquest perfil es va estrenar a 2024. El perfil compta amb 358 seguidors.



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..

ACTIVITATS DESTACADES

Les "clàssiques"

- **26 de gener: La Llanera Trail**

En la desena edició de la gran festa del Trail a Sabadell van participar-hi 1178 persones: 285 en la distància de marató; 453 en la distància de la mitja; i 440 en la curta. *Veure més informació a secció de trail.*

- **9 de febrer: 16a Festa de l'Arbre**

Organitzada per Natura i La Ganyota, centenars de persones es van reunir al Parc Agrari de Sabadell per celebrar el nostre compromís amb la defensa de la natura i del rodal de la nostra ciutat.

- **5 d'octubre: 45a Ronda Vallesana**

Amb 325 participants, La Comissió Organitzadora, formada per diverses persones de diferents seccions, van preparar dos itineraris que van permetre (re)descobrir tres municipis units per la història, el paisatge i la muntanya, Martorelles, Sant Fost de Campsentelles i Santa Maria de Martorelles. Es va oferir un recorregut de 15,1km amb +/-360 de desnivell acumulat, i un de 21km amb +/-640 de desnivell acumulat. No hi va faltar la coca i xocolata per començar amb energia, i l'entrepà de botifarra. Tot un clàssic de l'excursionisme sabadellenc i vallesà que enguany ha arribat a la seva 45a edició.

- **9 de novembre: 63a Marxa Excursionista Infantil de Regularitat**

Un dels grans clàssics de la UES, que enguany va oferir un recorregut pel voltant de la Universitat Autònoma de Barcelona. Van participar-hi 208 persones, organitzades amb parelles infantils o mixtes, que van gaudir d'un bon recorregut i d'un dia radiant.

De les activitats 'clàssiques', que són les més veteranes o les que apleguen un major nombre de participants, a 2025 no s'ha realitzat el **Cross dels Esquiadors**, a causa de les restriccions per la pesta porcina. Estava previst celebrar-se el 30 de novembre i es va anul·lar a 28 de novembre.

Altres activitats destacades

- **8 de març: Juntes fem camí.**

2a edició de la caminada, on sòcies de l'entitat es van trobar plegades per fer una caminada pel rodal per posteriorment unir-se a la manifestació del 8M. Aquesta caminada és l'inici del projecte Espai La Mola, que s'explica més endavant.

- **6 d'abril, Mou-te, fes salut. 3a edició, commemorant el dia mundial de l'activitat Física**

Jornada esportiva i solidària organitzada conjuntament amb amb el FAR, que té per objectiu promoure els hàbits saludables com a mesura preventiva davant de les malalties, i en aquest cas, fent èmfasis a la prevenció contra el càncer. Van participar-hi quasi 200 persones.

- **12 de maig: Aplec de la Salut: 40a Pujada Popular a la Salut i 5è Buscafites a La Salut**

Un any més vam organitzar la tradicional Pujada Popular al santuari de La Salut en el marc de l'Aplec, hi van participar unes 365 persones. Es tracta d'una caminada d'un 7 km, que sortint des de la Plaça de la Sardana s'arriba al Santuari on al llarg del dia s'hi celebra la 'Festa Major' petita de la ciutat. Entre d'altres activitats de cultura popular, al Santuari també hi organitzem un Buscafites, una activitat d'iniciació a les curses d'orientació.

- **23 de maig: Clean Run Race**

L'objectiu de la Clean Run Race ha estat treballar la sostenibilitat a través de l'esport, per assolir-lo s'han fet diverses actuacions de formació i també s'ha editat i repartit una unitat didàctica amb situacions d'aprenentatge als diferents centres docents participants. El divendres 3 de maig, es va posar punt i final a aquest projecte amb una gran activitat esportiva i de conscienciació al Parc Catalunya, en la qual hi han participat 750 escolars de disset escoles de la ciutat i de Sant Quirze. La secció de curses d'orientació ha estat l'encarregada d'organitzar un gran cursa d'orientació, que ha sigut el nexa d'unió amb les diverses activitats complementàries per posar en pràctica els conceptes els estudiants han après a l'escola sobre sostenibilitat.

Les dones fem camí



- **30 de maig: Akelarre Trail**

Primera edició amb èxit de participació amb 206 persones. L'Akelarre Trail és una cursa nocturna no competitiva que neix dins el projecte Espai La Mola, amb l'objectiu de reivindicar el dret de les dones a moure's lliurement i sense por en qualsevol espai i moment. Més enllà de ser una activitat esportiva, l'Akelarre Trail és un acte de sororitat i reivindicació. La ciutat no comptava amb una cursa nocturna, i aquesta proposta aprofita l'ocasió per transmetre un missatge de seguretat i llibertat.

- **1 de juny. Festa de la cançó de muntanya**

Aquest 2025 la Carena, la coral de la nostra entitat, ha sigut l'encarregada d'organitzar la 59a FESTA DE LA CANÇÓ DE MUNTANYA, l'aplec anual de les diferents corals d'entitats excursionistes catalanes. Amb la participació de Coral la Llum (C.E. de Sant Feliu de Codines), Coral Cypsella (C.E. de Sant Feliu de Guíxols), Coral Quatre Cordes (C.E. de Catalunya) i La Carena (UES).

- **Del 5 al 8 de setembre: Festa Major:**

Des de fa uns anys per la Festa Major, la UES també hi té cabuda, enguany hem organitzat un Buscafites de Festa Major (al llarg de totes els dies de Festa Major); el divendres 5, un tastet d'escalada a la UES. També com a acte d'inici de FM la secció d'espeleologia és l'encarregada de penjar la senyera al Racó del Campanar.

Actes institucionals

- 25 d'abril: Assemblea General Extraordinària i Ordinària de socis i sòcies.
- 25 d'octubre: Acte d'inici de curs i lliurament de medalles 25, 50 i 75 anys.
- 11 de desembre: Assemblea General Extraordinària i Ordinària de socis i sòcies

Trobada de socis i sòcies



LA UES, TAMBÉ ÉS CULTURA

Amb l'objectiu de donar a conèixer la vessant més cultural de la UES, potenciar l'ús de la sala d'actes i fomentar el teixit social l'entitat, al llarg de l'any es realitzen diverses activitats com projeccions audiovisuals (**Cicle de Cinema de Muntanya**), presentacions de llibres, els **Divendres Culturals**, i també destaca la **3a edició del Concurs de Microrelats**.

- 10 de gener. **Divendres Culturals**. *Vinc del nord*, amb Jessica Neuquelman.
- 6 de març. **Xerrada**. *La Salut i la importància de l'entorn*.
- 13 de març. **Presentació del llibre** *De Tierra de Fuego a les aigües de l'Iguazú*, de Conxita Tarruell.
- 21 de març. **Divendres Culturals**. Poesia amb el col·lectiu a Trenc d'Alba.
- 10 d'abril. **Conferència**. *Semblança familiar dels Feu i Olzina, senyors de la Torre d'en Feu*.
- 8 de maig. **Concurs de Microrelats**, lliurament de premis.
- 16 de maig. **Divendres culturals**. Concert de primavera.
- 30 d'octubre. **Projeccions i xerrades en veu de dona**. *Obrint Camí Kangtega84*.
- 6 de novembre. **Projeccions i xerrades en veu de dona**. *Pionera de la muntaña*.
- 13 de novembre. **Projeccions i xerrades**. *Groenlandia 50 anys*.
- 20 de novembre. **Presentació del llibre**. *Collsacabra [Una biografia]* de Blanca Busquets.
- 4 de desembre. **Presentació del llibre**. *Sant Llorenç del Munt [Una biografia]*, de Vicenç Villatoro.
- 18 de desembre. **Presentació del llibre**. *Encontres amb l'escurçó*, d'Albert Masó Garcia.

ACTIVITATS

ACTIVITATS GUIADES, COMISSIONS I ALTRES SERVEIS

Caminant per Benasc



CAMINADES SALUDABLES

ORGANITZADES AMB EL SUPORT DE L'AJUNTAMENT DE SABADELL

Caminades Saludables+60 tot el dia

Aquest cicle de caminades té com objectiu potenciar l'envelliment actiu amb excursions a la natura en un entorn de baixa muntanya i sense dificultat tècnica. Les rutes es planifiquen per tal que siguin accessibles, segures i aptes per a qualsevol persona. A més, es fomenta la cohesió i la connexió social de les persones grans, contribuït al seu benestar emocional i físic.

Les sortides es realitzen sempre amb autocar a diferents punts de la geografia catalana, visitant tant espais naturals emblemàtics i altres més desconeguts però sorprenents. Totes les excursions són guiades per a tècnics d'esports de muntanya mitjana i/o senderisme, amb el suport d'un o dos instructors voluntaris de senderisme. S'ofereix, de manera opcional, la possibilitat de dinar a restaurant, fet que afavoreix la convivència i l'enfortiment de les relacions socials entre les persones participants. L'horari de les sortides és de 8 del matí fins a les 18 h aproximadament, i s'ofereixen 42 places en dimarts i 30 en dijous, ampliables a 51 en funció de la demanada.

Activitats realitzades

MES	SORTIDA		DIES	INSCRITS DIMARTS	INSCRITS DIJOUS	TOTAL
GENER	De Begir a Sant Feliu de Boada (10 km)	Baix Empordà	28/30	45	21	66
FEBRER	Gorgs de la Vall d'Hostoles (10 km)	La Garrotxa	25/27	42	16	58
MARÇ	Fonts i Baumes del Lluçanès (9 km)	Lluçanès	25/27	44	21	65
ABRIL	Coll de Condreu i Salt de Sallent a Rupit (10 km)	Osona	29	44		44
MAIG	Riera de Marfà i molí de Brantons (11 km)	Moiànes	27/29	50	10	50
SETEMBRE	Vall del Llobregat: Viladordis - Pont de Vilomara (10 km)	Bages	23/25	43	9	43
OCTUBRE	Ruta dels Molins de Calldetenes (11 km)	Osona	21/23	34	-	34
NOVEMBRE	Estany de Graugès i Sant Vincenç d'Obiols (12 km)	Berguedà	25	41	-	41
					a nul·lades	401

Durant l'any 2025 s'han realitzat un total de 12 sortides. Algunes de les activitats previstes en dijous es van haver d'anul·lar per manca d'inscripcions. En els darrers anys, els participants de dijous han anat davallant de forma progressiva, fins a tal punt que el dijous ha acabat sent un dia poc viable malgrat els esforços per potenciar aquest dia.

El total de participants de les Caminades Saludables +60 de tot el dia ha estat de 401 persones, una xifra lleugerament superior a la registrada en el programa de 2024.

L'edat mitjana dels participants en aquestes sortides ha estat de quasi 72 anys. Pel que fa a la distribució per gèneres, el 58% han estat dones i el 42% homes. Més de la meitat de les persones participants, són sòcies de la UES, mentre que un 28% no ho son. Cal destacar que una part significativa d'aquestes persones sòcies ho son perquè han acabat associant-se a la nostre entitat en conèixer totes les opcions i propostes de caminades i activitats afins que oferim, així com la possibilitat de conèixer i compartir caminades amb persones amb els mateixos interessos.

En resum, les activitats s'han dut a terme d'acord amb el que estableix el conveni (mínim de 8 excursions i màxim de 15) i s'han assolit els objectius plantejats: fomentar la pràctica esportiva, mantenir un estil de vida actiu i promoure les relacions socials entre les persones majors de 60 anys.

Caminades Saludables+60 matinals

Comparteixen els mateixos objectius, estructura i funcionament que les de tot el dia, amb recorreguts més propers i finalització a migdia. S'ofereixen 42 places, ampliables a 51 en funció de la demanada,

Activitats realitzades

MES	SORTIDA		DIA	INSCRITS
GENER	Per les faldes del Montserrat (Vinya nova) (12 km)	Anoia	14	45
FEBRER	Roques Blaves (10 km)	Baix Llobregat	11	50
MARÇ	Els Comptals i la serra de Montlleó (12 km)	Bages	11	40
ABRIL	La plana de Vilamajor (11 km)	Vallès Oriental	8	41
MAIG	Sant Fe deñ Montseny (7 km)	Vallès Oriental	13	30
OCTUBRE	Gorgs de la riera de Guardiola (9 km)	Bages	7	36
NOVEMBRE	Vali del Llobregat: Pont de Vilomara - Castellbell (10 km)	Bages	11	38
DESEMBRE	Torre Lluvià	Bages	9	37
				317

A 2025 s'han pogut realitzar les 8 sortides programades d'acord conveni, amb un total de 317 participants. La sortida del mes de desembre va haver de ser modificada per les restriccions derivades de la Peste Porcina Africana.

DIMECRES

Les Excursions del Dimecres són sortides guiades entre setmana, de mitja muntanya, i adreçades 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.

RELACIÓ DE SORTIDES:

Gener, 22: Castell de Montgrí. Total: 23 participants

Febrer, 19: Serra de Marboleny i Torre de Murrià. Total: 33 participants

Març, 19: Collada de Meranges. Anul·lada

Maig, 7. Collada de Meranges Total: 22 participants

Maig 21: Puigsacalm. Anul·lada.

Setembre, 17. Puigsacalm. Total: 29 participants

Octubre, 15. Fonts del Montseny. Posposada.

Octubre, 29: Fonts del Montseny. Total: 30 participants.

Desembre, 17. Aiguafreda i la muralla del Montgròs. Total: 18 participants.

CAMINANT PER...

Com altres anys, aquest 2025 s'han organitzat sortides de diversos dies per conèixer territori tot fent senderisme.

A 2025 s'han programat i realitzat 3 sortides

- Raquetes a la Vall d'Aran, del 10 al 13 de febrer. Total: 15 participants
- Caminant pel Montsec. Del 1 al 3 d'abril. Total: 25 participants.
- Caminant per la Vall de Benasc. Del 9 al 14 de juny. Total: 34 participants.



Caminant pel Montsec

INFANTS

L'EXTRAESCOLAR D'ESCALADA i ESCOLETA D'ORIENTACIÓ

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 i el trail i 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.

L'**extraescolar d'escalada** la dinàmica de l'activitat funciona molt bé amb els infants mitjans i els més petits, als quals s'adapta l'extraescolar d'escalada cap a una activitat més multiesportiva i on a través de diferents jocs se'ls introdueix en el món de l'escalada esportiva. Pel què fa l'equip de monitors, aquest any ha sigut més rotatori que en anys anteriors i això ha dificultat la dinàmica de l'activitat (dos van plegar per motius laborals abans d'acabar el curs, i a maig vam incorporar a una persona nova).

També destacar una davallada d'infants. En un primer moment, infants del curs anterior ja no es van inscriure, i malgrat comptar amb infants nous, al llarg del curs s'han anat desapuntant. Si vam tancar 2024 amb 37 infants entre els diferents grups, vam acabar juny amb 26 entre els grups de dilluns, dimarts i dimecres. Queda palès en l'anul·lació de l'Open Bloc d'escalada que es feia sempre a final de curs, pel poc compromís de les famílies.

Seguint amb aquesta línia, el curs 2025-2026 no s'ha pogut tirar endavant per falta d'inscripcions. I l'extraescolar d'escalada no s'ha reprès a setembre. Aprofitarem aquesta 'aturada' per valorar i repensar com ha de ser l'extraescolar d'escalada de 2026.

L'**escoleta de curses d'orientació** va començar amb un format híbrid, amb una monitora voluntària fins març, quan es va incorporar de manera oficial fins el juny. A partir de setembre de 2025, el projecte continua es continua amb monitores voluntàries. Pel que fa els participants hem comptat amb 14 infants.

Aquest primer any d'escoleta de curses d'orientació ha estat molt positiu. Les sessions distribuïdes en dues hores un dissabte al mes han estat estructurades de la següent manera: Cada sessió ha començat amb un escalfament amb jocs en grup i activitats relacionades amb les curses com son l'ús de la brúixola, aprenentatge de rumbos, lectura de mapes i simbologia, etc. Seguidament cada infant ha realitzat una o dues curses d'entrenament segons el seu nivell, al finalitzar-la s'ha comentat amb les monitores quins errors havien comès, perquè i com no tornar a cometre'ls.

Les sessions s'han dut a terme en una ubicació diferent cada vegada per tal que els infants aprenguin a moure's per diferents terrenys com poden ser boscos, parcs i zones urbanes.

En totes les sessions hi hagut un bon ambient entre companys i monitors i les activitats grupals han afavorit una cohesió i amistat de grup.

Infants participants en l'extraescolar d'escalada, fins a juny de 2025 (totals 26):

Dilluns: 6

Dimarts: 12

Dimecres: 9

Totals: 26

Infants participants a l'escoleta d'orientació: 14

A partir d'octubre de 2025 no s'ha pogut continuar els extraescolars d'escalada per falta d'inscripcions. L'escoleta d'orientació sí que continua amb un total d'11 participants, amb monitores voluntàries.

Els objectius plantejats s'ha assolit tant en l'escalada com en orientació:

- Hem fomentat la pràctica de l'activitat física i esportiva en infants
- Hem potenciat la competició d'escalada en infants i joves
- Hem promogut l'esport de base en esports poc coneguts (o poc practicats)

A orientació els infants han pogut adquirir diversos tipus de coneixements relacionats amb les curses d'orientació com són l'ús de la brúixola, la capacitat per orientar-se i interpretar mapes, la lectura de la simbologia específica de les curses d'orientació, la comprensió de les distàncies, l'elecció correcta de rutes de manera autònoma, alhora que han desenvolupat la memòria visual i l'anticipació i planificació de recorregut.

A l'haver de fer un recorregut ells sols han adquirit autonomia i responsabilitat com també confiança en ells mateixos. També han après a saber gestionar la frustració al trobar-se amb dificultats que apareixen quan s'equivoquen d'elecció.

A més dels entrenaments els infants han participat en diferents curses i destaquem en Roc Bausà i Berta Angulo, membres de l'escoleta d'orientació amb resultats destacats en aquestes competicions

Tot i així, arribem a pocs infants (tot i que cal tenir en compte que es tracta d'esports minoritaris) Alguns infants comencen i no acaben l'any, d'altres que s'apunten a mig curs. En general hi ha poc compromís amb aquest tipus d'activitats, més en l'escalada que no orientació. Malgrat tot, el compromís de la UES es intentar continuar potenciant i donar a conèixer esports poc coneguts com l'escalada i les curses d'orientació entre els infants de Sabadell.

CASAL D'ESTIU

Direcció de casal: Diana Cirera

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. 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 l'onzè 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. Un any més, s'ha col·laborat 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.

Pel què fa al nombre d'inscrits aquest any ha estat aproximadament les mateixes que l'any passat.

Al llarg de cinc setmanes s'han fet jocs, excursions de tot el dia i matinals (Parc d'Aventura, La Mola, Sant Quirze, excursions pel rodal, i activitats d'orientació, escalada, i piscina setmanal.)

La valoració del Casal d'Estiu 2025 és més que positiva, malgrat hi ha coses que com sempre cal millorar.

DADES CASAL 2024

Dates: **25 de juny - 1 d'agost.**

Equip de monitores:

- 1 directora (1 pràctiques)
- 2 coordinadora
- 18 monitores (dues de les quals de pràctiques i dues vetalladores)

Nombre de places totals: **110 infants**

- 1a setmana: 72 infants
- 2a setmana: 104 infants
- 3a setmana: 89 infants
- 4a setmana: 87 infants
- 5a setmana: 41 infants

INCLUSIVA

La *comissió de treball* de la **UES inclusiva** a llarg d'any, ha volgut reforçar l'aposta de la junta, per una entitat inclusiva.

La *comissió* està formada per 10 membres: Manuel Barcia, Antonio López, Conxita Bastardas, Dolors Muñoz, Josep Giralt, Lluïsa Melgares, , Ramón Saumoy, Salvador Berdajin, Toni Figaró i Leonor Valero.

Tasques dels diferents membres de la comissió:

- Representant de la comissió a la junta i comissió de voluntariat: Josep Giralt.
- Reservar aula i ordre del dia de la reunió: Leonor Valero
- Acta de la reunió: Toni Figaró
- Coordinació de grups de Whatsapp: Dolors Muñoz i Leonor Valero
- Preparació de rutes i prèvies : Manuel Barcia, Josep Giralt, Conxita Bastardas, Leonor Valero, Toni López i Toni Figaró
- Disseny de cartells: Manuel Barcia
- Contacte amb secretaria guiatge: Conxita Bastardas i Leonor Valero.
- Coordinació amb altres entitats de la localitat: Josep Giralt , Leonor Valero.

Objectius de la Comissió:

- Facilitar a accedir i gaudir de la natura a les persones amb capacitats diverses.
- Crear una bossa de voluntaris/es per a atendre les necessitats de suport o guiatge per atendre la diversitat.
- Impulsar la formació específica per atendre a les persones que seran ateses/guidades amb les eines de progressió, tècniques i atenció adequades.
- Disposar de materials i recursos necessaris per a dur a terme un guiatge segur.
- Coordinar amb els responsables/ vocals de les diferents seccions per a accedir a la participació segura de les persones amb capacitats diverses.

Sortides amb la secció Natura

Data	Activitat	Persones amb discapacitat	Gules
12/2/25	Sortides Natura	2 visual/auditiva	6
12/3/25	Sortides Natura	2 visual/auditiva	6
14/5/25	Sortides Natura	2 visual/auditiva	6
11/6/25	Sortides Natura	2 visual/auditiva	6

Matagalls-Montserrat, a poc a poc

Data	Etapas	Persones amb discapacitat	Gules
28/9/25	1a etapa	2 visual/auditiva	7
26/10/25	2a etapa	2 visual/auditiva	6
30/10/25	3a etapa	2 visual/auditiva	6

Sortides amb la secció Senders

Data	Activitat	Persones amb discapacitat	Guies
8/1/25	Senders K0	4 visual/auditiva	4
11/1/25	Senders dissabte	2 visual/auditiva	3
19/1/25	Senders diumenge	3 (2 visual/auditiva + 1)	3
5/2/25	Senders K0	4 visual/auditiva	7
8/2/25	Senders dissabte	3 (2 visual/auditiva + 1)	4
5/3/25	Senders KM0	4 visual/auditiva	6
15/3/25	Senders dissabte	1 visual/auditiva	2
23/3/25	Senders diumenge	1 visual	2
2/4/25	Senders KM0	2 visual/auditiva	6
5/4/25	Senders dissabte	2 visual/auditiva	3
27/4/25	Senders diumenge	2 (1 visual/auditiva + 1)	2
30/4/25	Senders KM0	2 visual/auditiva	5
3/5/25	Senders dissabte	2 visual/auditiva	3
6-8/5/25	Camins del Matarraña	1 visual	5
24/5/25	Senders dissabte	1	1
4/6/25	Senders KM0	3 visual/auditiva	3
7/6/25	Senders dissabte + dinar social	2 (1 visual + 1)	1
25/6/25	Senders a la fresca matinal	2 visual/auditiva	3
4/7/25	Senders a la fresca tarda	2 visual	2
9/7/25	Senders a la fresca matinal	2 visual/auditiva	5
23/7/25	Senders a la fresca matinal	3 visual/auditiva	3
1/10/25	Senders KM0	2 visual	3
23/11/25	Senders diumenge	2 visual/auditiva	6
14/12/25	Senders diumenge	1 visual/auditiva	5
20/12/25	Senders dissabte	2 (1 visual + 1)	3

Sortides amb la secció Marxa Nòrdica

Data	Lloc / activitat	Persones amb discapacitat	Guies
12/1/25	Hostanou de Bianya – Olot	2	3
2/2/25	Via Verda Carrilet	3	5
23/2/25	Sèquia Manresa	3	5
29/3/25	Montserrat (Aguilles i Frares)	2	5
25/5/25	Parc Central Vallès	3	8
9/7/25	Torrent Guinard i Fangar	1	4
11/7/25	Gallecs	1	1

Sortides amb Marxa Nòrdica de la FEEC

Data	Activitat	Persones amb discapacitat	Guies
2/3/25	Ecomarxa Cerdanyola	4	9
23/3/25	Marxa Salut El Papiol	2	4
25/5/25	Parc Central Vallès	3	8
2/11/25	Marxerola Cerdanyola	5	8
9/11/25	Marxa Salut Sant Cugat	1	2
19/10/25	Copa Catalana MN	1	1
30/11/25	Campionat Cat MN	1	1

* Estava previst la participació d'una altra persona amb discapacitat visual i auditiva i una altra amb discapacitat visual amb les seves guies al Campionat de Catalunya , però al coincidir amb una de les sortides de la secció de Natura (Matagall- Montserrat), no van poder participar al Campionat de Catalunya .

Col.laboració en l' Àrea d' inclusió i Comitès de marxa nòrdica de la FEEC i Competició de marxa nòrdica (una instructora inclusiva de la nostra entitat).

Col.laboració amb altres entitats

ACTIVITAT INCLUSIVA AMB CIPO

Objectiu: Guiatge i acompanyament a un grup de persones treballadores de CIPO i als seus usuaris/es en el dia de La CIPOFEST.

Hem realitzat una sortida de senderisme pel rodal de Sabadell.

En total han participat 100 persones.

Hem fet un recorregut que va començar a La Font dels Gitanos fins arribar a les instal·lacions de CIPO. 5,4 Km de recorregut.

Es valora positivament la feina feta en aquesta activitat, tant les persones organitzadores de la festa com la persona que ha ajudat a fer el guiatge i col·laboradors. La jornada es va desenvolupar amb normalitat, sense incidències destacables i una bona coordinació entre totes les parts implicades. Tres persones usuàries de CIPO més el seu cuidador han participat en quatre ocasions de l'activitat de Slow que organitza la UES amb una valoració positiva. Han manifestat l'interès de tornar a participar d'aquestes jornades.

Hi ha la proposta de seguir ajudant a portar a terme l'activitat el proper any.

Caminades pel TDHA Sabadell 360°+

Objectiu: Guiatge i acompanyament a un grup de persones vinculades amb el TDAH

Hem realitzat quatre sortides pel rodal de Sabadell.

En total han participat 60 persones en cada etapa.

Hem fet el recorregut que proposa el llibre del rodal de Sabadell, Sabadell 360. L'hem dividit en quatre etapes. No va haver cap incidència a ressaltar en les quatre etapes, va haver un bon ambient en tot moment. Cal dir que els participants eren persones adultes, només en una etapa va venir un nen amb TDAH acompanyat dels seus pares.

Hi ha la proposta de seguir ajudant a portar a terme l'activitat el proper any, caldrà valorar si podem canviar l'itinerari el proper any perquè no es faci repetitiva l'activitat i es pugui gaudir

FORMACIÓ

Sortides inclusives (dilluns mensuals).

Es destinaven a fer formació de guies amb l'eina de progressió amb i sense barra direccional.

Aprendre el guiatge amb cinc persones amb discapacitat visual/auditiva. Les sortides les gestionavem l'equip de la comissió Ues inclusiva i ens repartíem diferents tasques.

- 31 març --- Ajornada pel 7 d' abril

Motiu; poques persones amb discapacitat visual/ auditiva).

Ribatallada i la Font de la Teula

- Senderisme inclusiu 7/4/25

3 persones amb discapacitat visual/ auditiva.

9 guies.

- 16 juny. Bellaterra a St Quirçe . Acomiadament amb un esmorzar.

Anul.lada. L' equip organitzador ha valorat que s' ajorna a l' inici de la temporada per tal que hi hagi més participants i aconseguim un bon equip de persones voluntàries.

- 15 setembre

Reunió de guies de totes les seccions , a la sala d'actes.

Amb un caire informatiu, reflexiu i recollida d'aportacions per a avançar en el camí inclusiu.

Reunió conjunta guies de senderisme, marxa nòrdica i natura.

Assistents : 6 guies de marxa nòrdica i 4 guies de senders .

Es va omplir un qüestionari (disponibilitat i propostes).

Per altra banda, hem detectat que la disposició de temps i de dedicació al guiatge, no és el que suposaven, el que ens ha obligat a pensar una organització de dos grups de whatsapp per a poder assegurar que les persones amb discapacitat visual/auditiva tinguessin el suport d'un guia per a realitzar la sortida que vulguessin participar.

Formació d' orientació ,cartografia digital a la UES i altres

Algunes persones que fan de guia han fet formació diversa que completa i donar suport a una entitat inclusiva.

Formació en marxa nòrdica (setmanal)

- Dilluns matinals 9h30 a 13h.

A llarg d'aquestes sessions es va perfeccionant la tècnica de la marxa nòrdica i el guiatge. de les persones amb discapacitat visual/ auditiva .

Tastetde marxa nòrdica inclusiva al bosc de Can Deu.

- 18 de gener

Impartit per una instructora de marxa nòrdica i instructora inclusiva i amb el suport dels guies en actiu. i dirigit a la formació de guies amb el dispositiu NW Blind.

ALTRES ACTIVITATS

6 d'abril. Mou-te , fes salut, aixecat davant del càncer. UES i FAR.

3 Persones amb discapacitat visual i auditiva

10 Guies

10 d'abril. Participació taula rodona d'experiències de voluntariat de la nostra ciutat.

Presentant el projecte de la UES inclusiva amb persones amb discapacitat visual/auditiva i altres discapacitats diverses. Amb el suport des del públic de guies i persones amb discapacitat visual/ auditiva.

26 d'abril. 1r Congrés d'Esport Adaptat inclusiu de Girona.

A la Casa Cultura de Girona .

Ponència : Marxa nòrdica per a tothom . Inclusió en moviment

Participació de la nostra entitat : una Instructora de marxa nòrdica i inclusiva i una persona sordcega explicant la nostra Experiènciamarxa nòrdica inclusiva en la nostra entitat).

2 i 3 de maig. Congrés FEEC Alp

Ponència; Marxa nòrdica inclusiva i Presentació video UES inclusiva

Participació de la nostra entitat :una Instructora de marxa nòrdica i inclusiva i una persona sordcega explicant la nostra Experiència marxa nòrdica inclusiva en la nostra entitat).

10 de maig. Tastet de marxa nòrdica inclusiva a Igualada Jornada solidària, activa e inclusiva.

Participació de la nostra entitat : una Instructora de marxa nòrdica i inclusiva i una persona amb discapacitat visual i auditiva.

12 de maig. Pujada a la Salut.

4 persones amb discapacitat visual/ auditiva

6 Guies

Valoració: No es va informar de la participació de persones amb discapacitat visual/ auditiva , el que va suposar problemes de creuament dels participants entre guia i persona guiada.

21 de setembre. Trobada de socis i sòcies, Sortida a Centelles.

3 persones amb discapacitat visual/auditiva

6 Guies

11 d'octubre. 1a Jornada del Voluntariat de la FEEC al Refugi d'Estasen al Pedraforca

Participació de 4 voluntaris/a guies de la UES:

Participació de la nostra entitat impartint el taller de marxa nòrdica inclusiva amb el dispositiu NW Blind per part d' una Instructora de marxa nòrdica i inclusiva i una persona sordcega.

3 de novembre. Activitat de Sabadell Som Capaços "Mou-te amb nosaltres: Marxa Nòrdica i Senderisme"

Activitat organitzada per l'Ajuntament de Sabadell,i UES. per oferir un taller formatiu/ tastet de marxa nòrdica amb el dispositiu NW Blind i senderisme amb barra direccional. per a persones afiliades a la ONCE.

Valoració: Poca difusió per part de la ONCE , poca assistència per part de la ONCE(4 afiliats i 2 directius/afiliats/ 1 voluntari). El voluntariat de la UES va ser molt col.laborador.(14 (3 eren persones amb discapacitat visual/auditiva).

Va haver la impressió de que la ONCE venia amb l'objectiu de captació de voluntariat.

MATERIALS

Destacar els materials que es tenen i els que caldria ampliar/recomanacions:

- 3 barres direccionals
- 2Dispositius NW Blind
- Armilles
- Cartells per donar seguretat en moments de molta participants o rutes on poden trobar ciclistes.
- Cintes fluorescents pels turmells
- Cordines i mosquetons.
- Xiulet
- Mantes tèrmiques
- Farmaciola
- Gorra i ulleres per protegir ulls (persones guiades)
- Guants de protecció
- Cintes fluorescentsper la [motxilla](http://motxilla.com).
- Walkie talkie
- Telèfons dels participants / familiars si cal
- Tarjeta federativa
- mòbil i bateria
- Mapa
- Brujula

VALORACIÓ

Es valorar satisfactòriament , que la nostra entitat estigui vetllant per una societat més inclusiva i més accessible “la muntanya per a tothom”. No tan sols als socis/es sinó apropar-nos a associacions i altres entitats que necessiten el nostre suport per a gaudir d'un entorn natural i proper.

Per altra banda, satisfets que diferents seccions (senderisme, natura , caminades Slow, esplai i marxa nòrdica) han facilitat la participació a les activitats / sortides proposades a les persones amb discapacitats diverses, amb la coordinació necessària amb la comissió inclusiva , per tal d'oferir la millor seguretat a l' hora de participar.

Destaquem la necessitat de fer formació continua i acompanyament a les persones voluntàries per a fer guiatge amb les persones que ho necessiten i fer un seguiment per tal desvetllar com i qui ha de guiar a la persona amb discapacitat / o amb necessitat.

Valorem positivament l'augment de la disposició de col.laborar en el guiatge, persones que estan participant en la mateixa activitat.

Agraïments la junta, per la seva confiança i col.laboració amb la compensació econòmica del cost de les sortides vers als voluntaris/es guies. Al finalitzar l'any, es fa una valoració de no fer la compensació econòmica per a ser més just amb totes aquelles persones col.laboradores en la mateixa activitat.

PROPOSTES

Seguir ampliant la participació en altres seccions.

Formació continua perles persones voluntàries: tastets amb dispositiu NW Blind i barra direccional i primers auxilis.

Fer un recull de material (fotos, videos, articles , documents...) per tal de plantejar-nos alguna jornada inclusiva , repartint tasques entre els membres de la comissió.

Contacte amb mitjans de comunicació de la nostra ciutatper a fer difusió del projecte inclusiude la nostra entitat.

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.

Aquest 2025 s'ha continuat amb la proposta de 'càpsules formatives', és a dir, tallers i xerrades de curta durada (sessions màxim de 2 hores) amb una temàtica molt concreta, i en la majoria dels casos, gratuïtes pels socis.

CÀPSULES FORMATIVES

- Curses d'orientació. 5 de març. 4 participants
- Què hem de fer enmig d'un incendi forestal? 22 de maig.

TALLERS I CURSOS realitzats a 2025:

- Taller bàsic d'orientació. 18 de febrer. 2 participants
- CompeGPS-Land. 11 de març - 20 de març . 11 participants
- QMapShack. 25 de març - 26 d'abril. 5 participants.
- Curs d'iniciació a l'escalada. 13-14 de setembre.
- Wikiloc, pas a pas. 23 de setembre - 4 d'octubre. 22 participants.
- Curs d'alpinisme, ascens a l'Aneto. 27-28 de setembre.
- Bateig d'escalada via llarga. 10 d'octubre.
- Curs d'alpinisme nivell 1. 13-14 de desembre.
- Curs d'alpinisme nivell 1 i 2. 20-23 de desembre.

El projecte Espai La Mola **neix a 2025 de la necessitat de crear un espai per a dones**, impulsat per diverses realitats socials i personals que afecten específicament les dones al llarg de la seva vida: el cicle menstrual, l'embaràs, el postpart, i malalties amb major incidència femenina (com l'endometriosi, l'osteoporosi o el càncer de mama), així com les càrregues familiars i laborals que sovint dificulten trobar temps per a una mateixa.

L'experiència quotidiana dins la UES ha posat de manifest una **demanda creixent d'espais i activitats adaptades o compartides entre dones**, tant per motius de comoditat com per la necessitat de compartir experiències i parlar obertament sobre els canvis físics i emocionals de cada etapa de la vida.

L'activitat física, especialment en entorns naturals, **millora la salut física, mental, emocional i social**, fomenta la motivació i la integració, i crea vincles de suport entre participants.

A més, el projecte incorpora una **dimensió reivindicativa**: trencar estereotips de gènere vinculats a l'activitat física i a l'excursionisme, on encara predomina la imatge masculina. També busca **empoderar les dones** davant les pors o inseguretats d'anar soles a la muntanya o practicar esport a l'aire lliure.

Finalment, "La Mola" també vol **visibilitzar el desequilibri de representació femenina** dins les entitats excursionistes, com la manca de dones en càrrecs de presidència o direcció, i contribuir a revertir aquesta tendència.

En síntesi, "La Mola" **és un espai de trobada, suport i motivació entre dones**, on es prioritza l'activitat física com a eina de salut i empoderament, creant xarxa i fomentant entorns segurs, no competitius i inclusius.

Objectius de l'Espai La Mola:

- Impulsar la pràctica d'exercici físic i activitats a l'aire lliure com a eina de benestar, socialització i integració.
- Promoure la natura com a actiu de salut i com a entorn segur i motivador per a les dones.
- Visibilitzar problemàtiques i necessitats específiques que afecten les dones en l'àmbit esportiu i social.
- Crear xarxes de dones muntanyenques (escaladores, corredores, alpinistes, esquidores, etc.) per afavorir la connexió i el suport mutu.
- Reconèixer i donar visibilitat a dones referents en el món de la muntanya, per inspirar noves generacions.
- Augmentar la participació femenina en les activitats i esports de muntanya.
- Establir sinergies amb altres entitats que treballin amb objectius similars.

Amb aquest espai, volem **contribuir a la igualtat real en el món de la muntanya**, generant un entorn inclusiu on dones i homes treballin conjuntament per transformar la cultura esportiva i social.

Per tal de posar en pràctica els objectius i donar resposta a les necessitats detectades, des de l'Espai La Mola s'han organitzat diverses activitats orientades a la salut, la formació, l'autoconeixement i l'empoderament de les dones en l'àmbit esportiu i de muntanya. Son unes **primeres activitats d'un nou projecte nascut a 2025** i que poc a poc va creixent.

- **8 de març de 2025 - Les dones fem camí.** Caminada matinal pel rodal i trobada de sòcies i no sòcies (i oberta en general a tothom) en motiu del 8M. A 2025 fem la 2a edició d'aquesta matinal que és l'embrió de l'Espai La Mola, amb una participació d'unes 30 persones.
- **7 d'abril de 2025 - Acte de presentació de l'Espai La Mola.** A la sala d'actes de la nostra entitat. Amb la participació d'una quarantena de dones sòcies i no sòcies de la UES.
- **17 de maig de 2025 - Taller de defensa personal:** sessió pràctica per adquirir nocions bàsiques de defensa personal, orientada a reforçar la seguretat i la confiança en una mateixa. Es fa en col·laboració del gimnàs Urban Esport, i el taller es realitza en les seves instal·lacions. Participació de 17 persones.
- **23 de maig de 2025 - Taller "Perimenopausa, menopausa i activitat física":** espai de formació i diàleg amb una fisioterapeuta especialitzada, on es van tractar temes com el sòl pelvià, les hormones, la sexualitat i l'esport en aquestes etapes vitals, amb una participació de 45 persones.
- **30 de maig de 2025 - L'Akelarre Trail:** cursa nocturna pel rodal de la nostra ciutat no competitiva i que neix amb l'objectiu de reivindicar el dret de les dones a moure's lliurement i sense por en qualsevol espai i moment del dia. Participació de 206 persones.
- **Projeccions i xerrades "Muntanya en veu de dona":**
 - *30 d'octubre - Obrint Camí Kangtega 84*, amb la participació i posterior col·loqui de Piti Capella i Carme Magdalena, i la direcció del documental.
 - *6 de novembre - Pioneras de la montaña*, amb la participació de Reyes de Miguel i el director del documental.
 - En aquestes sessions s'ha volgut visibilitzar el paper de les dones alpinistes que han contribuït a la història de l'alpinisme, sovint invisibilitzades darrere gestes masculines.
 - Entre les dues sessions van assistir-hi unes 60 persones.
- **12 de desembre de 2025 - Taller de defensa personal (2a edició):** davant la bona acollida de la primera edició, es programa una segona sessió de l'activitat per arribar a més dones interessades (pendent de realitzar-se, però actualment hi ha 18 persones inscrites amb un màxim de 20). Aquest taller es farà a la UES.

Aquest conjunt d'accions ha permès **donar forma pràctica a la filosofia de La Mola**, creant espais segurs, formatius i inspiradors per a les dones, on la natura, l'activitat física i la sororitat són eixos centrals.

La organització i difusió de les diferents activitats es fa a través d'una **comunitat de whatsapp**, amb l'objectiu, també, de crear xarxa entre dones amb els mateixos interessos.

ACTIVITATS DE LES SECCIONS



Resum de sortides de la SECCIÓ de BTT de l'any 2025:

- 22/01/2025 Volta Vinaixa - L'Albí. 11 participants
- 19/02/2025 Volta Castells del Sió, Les Pallargues. 16 participants.
- 20/03/2025 Santes Creus - Sant Jaume de Montgut. 18 participants.
- 09/04/2025 Volta per la Vall del Ges. 17 participants.
- 14/05/2025 Pedals de Corroncuí, Senterada. 1 participant.
- 06/06/2025 Les Gavarres. 20 participants.
- 26/09/2025 Volta per Sallent. 10 participants.
- 22/10/2025 Volta des de Castellar del Vallès. 18 participants.
- 27/11/2025 Volta per territori Màrius Torres a Sant Quirze Safaja. 16 participants.
- 10/12/2025 Volta per la Garriga. 12 participants.

TOTAL 139 participants

CAMPAMENT

Del 2 al 16 d'agost vàrem fer el 54è Campament d'estiu de la U.E.S. als Alps, al Càmping Les Vaudois (Vacances André Trigano) a les portes d'Aillefroide al Parc Natural dels Ecrins. Al mateix Aillefroide ja s'hi va celebrar en dues ocasions el campament, el 1993 i el 1997, a l'actualitat està massificat i la carretera que hi porta és inaccessible al camió. Per això vam preferir ser a tan sols 14 Km d' Aillefroide i tenir més facilitats per a desplaçar-nos per les valls properes. El viatge s'escurça respecte a la Vall d'Aosta de més de 1000 Km passem a 730 Km de millors carreteres.

Hi vàrem participar 53 campistes més l'equip de cuina (3), ens van venir a veure i fer estada set visitants. Per edats: De 0 a 17 anys, 14 campistes, de 18 a 35 anys, 9 campistes, de 36 a 60 anys, 20 campistes i de més de 60 anys, 10 campistes.

Es va mantenir la participació de monitors de l'esplai, gràcies per venir.

L'estada va ser tot un èxit, amb una primera setmana amb un temps normal per l'època i una segona en què una onada de calor va deixar en males condicions la neu dels cims fent desaconsellable la seva ascensió. Tanmateix es va poder assolir el Dome de Neige de més de 4.000m. i molts cims de més de tres mil, així com travesses i visites culturals essent la més repetida la visita a Briançon.

Vam celebrar una lluïda festa major en la que la comissió ens va organitzar un seguit de proves a quina més divertida i lluida, gràcies.

Vàrem batejar una bona colla de nous tres milers i quatre milers en una cerimònia que engresca! Enhorabona a totes i a tots.

Per a poder fer aquest reguitzell d'activitats, dia sí, dia també, ha estat fonamental l'equip de cuina (Ariadna, Joel i Joan) que ens van alimentar a cor que vols, gràcies!

Portem dos anys visitant els Alps i possiblement el proper campament el tornem a celebrar als Pirineus, vessant Nord. Ens ho passarem molt bé, esperem la vostra companyia, fins aviat !

CORAL LA CARENA

Responsable: Marc Alguersuari

Responsable: Júlia Miralles

Vocals de la Secció: Sílvia Devesa, Coral Sauret i Marta Uyà

Objectius de la secció.

Fomentar el cant coral, gaudir amb el cant coral polifònic i enriquir-nos culturalment mitjançant el coneixement de la música catalana tradicional i altres músiques d'arreu i diferents estils musicals (popular, clàssica, rok, pop, gòspel, tirolesa, etc.) Donar a conèixer la Coral i la entitat de la UES. Participar activament en activitats o actes d'altres seccions de la UES.

Nombre d'activitats desenvolupades en el 2025 : 10

Nombre de persones que han participat en les activitats de la secció durant el 2025 : 15 cantaires, el director i el públic assistent als concerts i trobades corals .

Relació d'activitats desenvolupades durant el 2025

- 9 de febrer. Sortida i concert a l'església de Bagà.
- 16 de març. Concert a la Parròquia de la Puríssima de Sabadell. Coral Ressò i Coral La Carena.
- 25 de maig. Sortida i concert a l'església parroquial de Bagà.
- 1 de juny. 58 ena. Festa de la Cançó de Muntanya a la UES. Coral la Carena i 4 corals més.
- 28 de juny. Solstici d'estiu al Monestir de Sant Pere de Casserres.
- 21 de setembre. Sortida a Centelles. Trobada de socis de la UES i concert de la Carena.
- 12 d'octubre. Trobada de vegueries a l'ermita de Sant Sebastià de Puigpedrós de Llinars del Vallès. Cantada a l'ermita.
- 24 d'octubre. Acte d'inici de curs de la UES. Repartiment de medalles i concert de la Carena.
- 13 de desembre. Portada del Pessebre a l'ermita de Sant Sebastià de Puigpedrós de Llinars del Vallès. Cantada.
- 17 de desembre. Concert de nadalles al vestíbul de la UES.

Explicació de les activitats desenvolupades.

La Coral assaja setmanalment en un local de la UES. Assaja els dilluns o dimecres, depen de la setmana, de 19:15h a 20.45h. Hi assisteix el director, Marc Alguersuari, i tota la coral. Actualment hi ha 5 homes i 10 dones, repartits per les diferents cordes : tenors i baixos i contralts i soprans. En els concerts anem d'uniforme i carpeta vermella. Tenim un grup de wassap on compartim informacions de la coral i fotos i videos de les actuacions de la coral.

Valoració final de les activitats durant l'exercici 2025.

Totes les activitats es van realitzar satisfactòriament. La Coral es pot considerar que ha tingut forces actuacions tant a Sabadell com a la resta de territori. A les actuacions que es fan a fora sempre donem a conèixer la entitat de la UES remarcant el seu caràcter excursionista i cultural.

Enguany hem de destacar l'èxit de la organització de la festa de cançó de muntanya aquí Sabadell. Es va realitzar un esmorzar conjunt, visita guiada, concert i dinar de germanor amb totes les corals assistents. Es va realitzar en els locals de la UES i el dinar a l'Acadèmia Catòlica.

Estem contents amb el públic assistent a totes les activitats i les felicitacions rebudes.

CURSES D'ORIENTACIÓ

Responsable: Ricard Masferrer

Vocals: Toni Medina, David Fitó, Pau Marí, Cesc Farrés, Jordi Mujal

Federats a la FCOC: 39 (23 adults i 16 menors)

Federats a la FEDO: 4 (3 adults i 1 menor)

Objectius de la secció:

- Competir a tots els nivells i en totes les modalitats d'aquest esport.
- Organitzar algunes curses populars en el nostre entorn
- Promocionar i donar conèixer aquest esport

Els components de la secció competim en les curses de Copa Catalana a peu, Esprint, Rogaine, Trail-O i MTB-O. I algunes d'ells també competeixen a la Lliga espanyola i als campionats d'Espanya. Com equip enquadrats en la Divisió d'Honor hem assolit la millor posició (6è) en la classificació general per clubs de la Copa Catalana del 2025.

Dos membres de la secció ha guanyat en la seva categoria en la general de la Copa Catalana d'orientació i dos més han assolit la tercera posició. En total al llarg de la temporada diferents membres de la secció han assolit 42 podis.

Uns quants components de la secció participem en les diferents competicions de Rogaine tant catalanes com estatals. Aquesta temporada hem assolit 6 podis al llarg de tot l'any i guanyant a la categoria d'ultraveterans.

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. Han participat més de 900 alumnes de 13 centres de primària i 9 de secundària.

També vam ser presents tant a la Festa Major de Sabadell com a l'Aplec de La Salut organitzant una activitat d'orientació que anomenem Buscafites. Al Buscafites de la Salut van tenir un centenar de participants i al de la Festa Major vam superar els 300. També vam organitzar un buscafites per la Festa Major del barri de La Creueta.

Vam organitzar una rogaine familiar a petició de l'AFI de l'Enric Cassasses amb 100 participants. Vam organitzar el campionat de Catalunya escolar i universitari a Mas Rampinyo (Montcada i Reixac) amb 150 participants.

Per segon any hem donat continuïtat a l'Escoleta de Curses d'Orientació adreçada a infants i adolescents que volen conèixer aquest esport. Aquest setembre hem passat de fer-ho un dissabte al mes a fer-ho dos dissabtes al mes. El curs 24-25 van participar 14 infants, en aquest curs 25-26 la participació és d'11 infants.

Al quart trimestre de l'any vam deixar enllestit el projecte de circuit permanent d'orientació al Parc de Catalunya que s'inaugurarà properament.

Valoració:

Estem satisfets del grau de participació en les diferents activitats organitzades sobretot, en les activitats adreçades als centres educatius. Estem molt contents del funcionament de l'escoleta, així com d'haver pogut enllestir el projecte de circuit permanent en el Parc de Catalunya.

Sabadell, 23 de febrer de 2026



CULTURA

Després de quasi un any sense activitat, la secció de Cultura organitza una sortida en l'últim trimestre de l'any amb l'objectiu de reactivar-se, de cara al 2026, amb una periodicitat trimestral. Així doncs, el 25 d'octubre la secció va dur a terme una jornada que va combinar cultura, tradició i natura a l'Alt Camp. El programa va incloure una visita guiada a Valls, una passejada per les vinyes amb tast de vins al celler Dasca Vives, un dinar de germanor i una caminada pels aiguamolls del Pla de Santa Maria. Hi van participar 17 persones.

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 60 persones. S'han mantingut les sortides d'entrenament en grup els dimecres. A part de les sortides en dimecres, la principal activitat és l'organització de La Llanera Trail.

LA LLANERA TRAIL

El 26 de gener de 2025 va tenir lloc la 10a edició de La Llanera Trail, la marató i mitja marató de muntanya de Sabadell, i també cursa curta de 14km.

En total hi van participar 1178 persones - 285 en la distància de marató; 453 en la distància de la mitja; i 440 en la curta.

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.

Aquesta edició va estar marcada per ser la 10a, i es va voler celebrar premiant als participants que han fet les deu Llaneres. També hi va haver animació especial amb Dj's i vermut.

La cartellera, com l'any anterior, va tornar a ser de luxe, amb noms com Andreu Simón, corredor de ultratrails, guanyador de quatre títols nacionals, l'últim a la Transgancanaria l'any 2023, i Eli Gordon, corredora internacional amb la selecció espanyola. I veterans i veteranes de la Llanera com Lluís Ruiz i Lorena Cubillas.

A la Marató, Eli Gordon va ser la gran dominadora de la cursa femenina amb un temps de 4h08'17", Lorena Cubillas va entrar en segona posició amb un temps de 4h26'13", i Marta Muixí en tercera posició amb un temps de 4h39'08". En la categoria masculina, en primera posició va entrar Andreu Simón amb temps de 3h23'03", en segona posició Lluís Ruiz amb 3h37'07", i en tercera posició Martí Casellas amb un temps de 3h40'58".

A la mitja marató, la primera dona va ser Sandra Romero, amb un temps de 1h54'37", en segona posició Marta Cusidó, amb 1h58'28", i la tercera en creuar la línia de meta va ser Eugenia Prat, amb 1h59'24". En els homes, el dominador va ser Juan Martínez, amb 1h26'57", el segon va ser Josep Borrell amb 1h31'52", i en tercera posició Jordi Ruiz amb un temps de 1h32'54".

La cursa de 14km, va està dominada en categoria femenina, per Sonia Rodríguez amb 1h10'57". La segona en creuar la línia de meta va ser Desirée Mova amb 1h16'01", i en tercera posició Gemma Pous amb 1h16'40". En categoria masculina, la primera posició va ser per Llorenç Esteve amb 51'39", la plata va ser per Robert Marsal amb 51'48", i la tercera posició per Raül Cruz amb 52'25".

Els primers corredors locals van ser Juanjo Pinilla i Anna Font en la distància de marató, Josep Borrell i Marta Cusidó a la mitja marató, i Llorenç Esteve i Sonia Rodríguez a la distància curta.

Una cursa solidària

Com en cada edició La Llanera col·labora en projectes socials locals i en aquesta edició ha aportat el seu petit gra de sorra a Obrir-se al món, una associació sense ànim de lucre, de pares i mares de persones amb autisme, que ofereixen serveis de lleure, respirs i activitats terapèutiques en horari extraescolar.

En aquesta edició s'han venut samarretes de les edicions anteriors per als projectes d'Obrir-se al món.

2 de febrer de 2026



ESPELEOLOGIA

ESPELEO CLUB

Resum d'activitats realitzades l'any 2025

- Sortida a l'avenc dels Topògrafs (Massís del Garraf). **18 de gener**
- Sortida Espeleo-descoberta al Forat Micó (Cardona). **1 de febrer**
- 55è curs d'iniciació a l'espeleologia (Nivell 1). **1 de març a 6 d'abril.**
- Sortida Espeleo-descoberta a la cova Freda (Montserrat). **27 d'abril.**
- Campanya d'exploració al sistema Alto del Tejuelo (CANTABRIA). **1 al 5 de maig.**
- Assemblea de la Federació Catalana d'Espeleologia (Terrassa). **10 de maig.**
- Itinerari geològic i paleontològic pel riu Ripoll (Sabadell). **24 de maig.**
- Sortida a l'avenc del Castellsapera (Massís de sant Llorenç i l'Obach) amb entrega dels diplomes del curs de nivell 1. **8 de juny**
- Sortida a l'avenc dels Guerrillers (Massís del Garraf). **21 de juny**
- Posada de nous ancoratges al campanar de Sant Fèlix per la senyera. **22 de juny**
- Campanya d'exploració al sistema Alto del Tejuelo (CANTABRIA). **7 al 11 juliol**
- Campanya d'exploració a la Vall de l'Escaleta (Benasque). **19 i 20 de juliol.**
- Campanya d'exploració al sistema Alto del Tejuelo (CANTABRIA). **4 al 22 d'agost.**
- Campanya d'exploració a la Torca Carrasua (Peñarrubia-CANTABRIA). **25 al 30 d'agost.**
- Publicació dels treballs a la zona de Cantabria, al Boletín Cántabro núm. **18. Agost**
- Penjada de la senyera al campanar de Sant Fèlix, durant el pregó de la Festa Major 2023 de Sabadell. **5 de setembre.**
- Despenjada de la senyera al campanar de Sant Fèlix, a les 12h de la nit. **11 de setembre.**
- Campanya d'exploració a la Vall de l'Escaleta (BENASQUE). **11 al 14 de setembre.**
- Grallera de la Corona (Serra del Montsec). **27 de setembre.**
- Sortida de descoberta a les coves del Mamut (Anoia). **15 de novembre.**
- Assemblea de la Federació Catalana d'Espeleologia (Terrassa). **24 de novembre.**
- Campanya d'exploració al sistema Alto del Tejuelo (CANTABRIA). **6 al 9 de desembre.**
- Sortida a l'avenc de l'Esquerrà (Massís del Garraf). **13 de desembre**



ESPLAI LA GANYOTA



CURS 2024-25 i 2025-26

Secretaris: Arnau Pineda, Irene Bayarri, Marina Escobar, Berta Suñer.

Equip de monitores i monitors:

Monitores curs 24-25:		
Arnau	Pineda	Pascual
Irene	Bayarri	González
Marina	Escobar	Monistrol
Erta	Guri	Buscarons
Júlia	Franquesa	Castells
Núria	Bravo	Martín
Mariona	Martinez	Martinez
Oriol	Ragni	Alari
Aixa	Guri	Buscarons
Berta	Suñer	Gisbert
Gerard	Vinyes	Sanchez
Berta	Garcia	Puerto
Salut	Estop	Albalate
Eina	valls	brunet
Jana	Barcons	Casnova
Laura	Alberich	Pobeda
Valèria	Vidal	Martinez
Gina	Martín	Roqué

Monitores curs 25-26:		
Aixa	Guri	Buscarons
Berta	Suñer	Gisbert
Gerard	Vinyes	Sanchez
Berta	Garcia	Puerto
Salut	Estop	Albalate
Eina	valls	brunet
Jana	Barcons	Casnova
Laura	Alberich	Pobeda
Valèria	Vidal	Martinez
Gina	Martín	Roqué
Anna	Sanchez	Ulloa
Abri	Valls	Torras
Sílvia	Pujol	Moreno
Ot	Camé	Dubreuil
Jana	Cavero	Gacia
Rita	Ramon	Deulofeu
Judit	Casanovas	Casanovas
Gianna	Casna	Romero
Lua	Segovia	Garcia
Helena	Garcia	Gallardo
Adrià	Lladó	Torrents
Pere	Capella	Urpi

ESPLAI LA GANYOTA



Objectius generals:

- Mantenir i consolidar el projecte 3+1 que millora la qualitat de les activitats que realitzem a la muntanya tot convidant experts en escalada, alpinisme, BTT, etc., per tal que vinguin a les sortides amb nosaltres i reforcin tant la seguretat com la qualitat de les activitats. De cara al curs que ve farem una formació de via ferrada i una altre d'escalada. El dia de la neu, farem una sortida amb esquí de fons.
- Invertir en mètodes de transport, públic o contractant autocars que permetin arribar a zones desconegudes pels infants i joves de l'esplai, unes zones que tinguin més opcions de recorreguts i activitats excursionistes.
- Introduir els infants en el món de l'excursionisme tot aprofitant de fer contacte amb les diferents seccions de la UES.
- Cohesionar el nou equip de monitores.
- Motivar totes les joves de l'esplai a seguir amb el projecte de la UES, ja sigui essent monitores d'esplai o mitjançant la participació en d'altres seccions de la UES.
- Aprofitar i utilitzar els recursos d'ESPLAC, aprofitant les activitats conjuntes per conèixer altres infants i altres realitats.
- Formar-nos traient-nos títols de monitors i en altres àmbits com el bullying, primers auxilis, TCA o altres aspectes que ens puguin ajudar a millorar la pedagogia que tenim establerta a les bases del PEC (Projecte Educatiu de Centre).
- Formar-nos en matèria de gènere per a poder prevenir desigualtats o perpetuar rols i formar als infants i joves de la Ganyota. Dur a terme activitats tractant aquests temes.
- Continuar i millorar el projecte d'intendència tant a colònies com a campaments, prenent més autonomia.
- Potenciar l'excursionisme com a eix conductor dins la dinàmica de l'esplai a totes les colles segons l'edat dels seus membres i alhora prosseguir amb la tasca educativa en uns valors.

Objectius generals de cada colla:

COLLES	PEDAGÒGICS:	MUNTANYA:	COLLES	PEDAGÒGICS:	MUNTANYA:
MOLES	<ul style="list-style-type: none"> - desenvolupar l'autonomia - emmarcar espais de l'espai - instaurar trets identitaris ganyota - cohesionar el grup - respectar els límits - treballar l'educació (grúies, s'as pla...) - impulsar pensament crític (fer un experiment volcà...) - potenciar l'igiória personal - saber la importància de la sinceritat 	<ul style="list-style-type: none"> - respectar la natura (recollir la brossa) - reconèixer plantes - pensar una rita a la muntanya - pujar la mola - saber-se fer la motella - introduir el muntatge de les tendes 	JERONIS	<ul style="list-style-type: none"> - millorar l'autonomia - crear sentiment de colla, pertinença - establir límits i disciplina - millorar l'escolta activa i respectar els torns. - crear un espai on es sentin còmodes i es pugui expressar - treballar amb la creativitat. - tractar la deconstrucció dels rols de gènere (coeducació). - fomentar actituds no violentes fora de les activitats. 	<ul style="list-style-type: none"> - pujar el pic del Sant Jeroni - Muntar i desmuntar tendes de manera autònoma - treballar símbols i marques a la muntanya - conèixer la fauna i la flora - respectar el medi ambient i la natura - aprendre a fer-se la motella
MATAGALLS	<ul style="list-style-type: none"> - normalitzar i relativitzar la sexualitat - relacionar-nos amb a un grup d'iguals i crear un espai segur - marcar límits 	<ul style="list-style-type: none"> - fer el matagalls - iniciació en l'escalada - conscienciar-nos del nostre impacte al medi (a partir de l'exemple en excursionisme) 	PIQUES	<ul style="list-style-type: none"> - Incentivar el seu interès per la muntanya com a encounter social i pedagògic aferra. - Ser un bon referent(per als més petits). - Forjar la identitat pròpia independent de les modes i corrents. - Fomentar el desenvolupament personal de cada infant. - Promoure la comunicació asertiva i comunicativa 	<ul style="list-style-type: none"> - Fer la Pica d'Estats - Adquirir tots els coneixements per organitzar una RUTA. - Prendre coneixements de seguretat i tècnica a la muntanya. - Practicar barranquisme
TORRENEULES I PUIGNALS	<ul style="list-style-type: none"> - Incentivar el seu interès per la muntanya com a encounter social i pedagògic aferra. - Ser un bon referent(per als més petits). - Forjar la identitat pròpia independent de les modes i corrents. - Fomentar el desenvolupament personal de cada infant. 	<ul style="list-style-type: none"> - Fer El puignals - Adquirir tots els coneixements per organitzar una RUTA. - Prendre coneixements de seguretat i tècnica a la muntanya. - Practicar barranquisme 			

Objectius referents a les famílies:

Els objectius que ens hem plantejat aquest curs en relació a la relació que establim amb les famílies de la Ganyota són els següents:

- Satisfer les famílies respecte les valoracions que van fer a final de curs.
- Mantenir la implicació de les famílies de les joves i infants a l'espai.
- Reforçar i assentar la participació de les famílies en les activitats conjuntes que realitzem com el Sopar de Final de curs, Festa Major, la Marxa Infantil, etc...
- Millorar la relació amb les famílies de l'espai tot promovent que es duguin a terme tres reunions a l'any amb les famílies de cada colla per tal d'anar valorant el curs i donar seguretat.

Objectius educatius de les activitats:

- Millorar la qualitat de les activitats relacionades amb l'excursionisme.
- Reforçar el sentiment de pertinença a l'esplai.
- Realitzar sortides més lluny o en zones que els infants i joves desconeguin.
- Establir un vincle entre les activitats pedagògiques i les activitats relacionades amb la naturalesa.

Nombre d'activitats realitzades durant l'any

Al llarg de l'any cada cap de setmana durant el curs escolar hem dut a terme algun tipus d'activitat a més a més de les colònies (durant la setmana santa) i els campaments (estiu) i rutes (setmana santa i estiu). Aquestes dues activitats estan obertes a infants de fora l'esplai, per tant cada una té diferents número d'assistents. Pel que fa a la resta d'activitats del curs l'assistència ha sigut aproximadament el número d'inscrits a l'esplai : 98. Al llarg del curs hem fet esplais de tardes de 16:00 a 19:00 de la tarda els dissabtes, una excursió de dia al trimestre i una sortida de cap de setmana al trimestre. A més a més d'altres activitats com la festa major, el sopar de final de curs o un cap de setmana conjunt amb altres esplais.

Cap de setmana dels cims: També s'han fet un cap de setmana per colles on cada colla ha pujat al cim que dona nom a la seva colla, La Mola, el Sant Jeroni, el Matagalls, el Torreneules i el Puigmal. La colla de Piques no ha pogut pujar a la Pica d'Estats. Nombre de participants: 98

Formació d'escalada en roca : Les colles de Puigmals i Torreneules van formació d'escalada a Castellar del Vallès. Nombre de participants: 21

Colònies de setmana santa 12 al 16 d'abril

- Duració 5 dies.
- Nombre de participants: 41
- Lloc: Casa de colònies Cadamont

Campaments d'estiu 6-13 de Juliol

- Duració 8 dies.
- Nombre d'infants: 70
- Lloc: Zona d'acampada Campllong, Meranges, Girona

Ruta d'estiu de la colla de Puigmals, 6-13 de Juliol

- Nombre infants: 8
- Lloc: Tenerife

Nombre de persones que han participat a les activitats:

Infants del curs 24-25: 70

Infants del curs 25-26: 86

Valoració final de les activitats durant l'any:

La valoració de l'any 2025 és molt positiva. Les activitats han estat motivadores i hem vist els infants implicats i amb bona participació. A més, s'han apuntat més infants dels que s'han desapatat, fet que valorem molt favorablement.

Tot i això, aquest curs 2025 tenim menys infants a l'apartat més de grans ja que, durant l'any 24-25 no hi havia colla de Piques i la colla de Puigmals (aquest any 25-26) s'ha hagut d'ajuntar amb la de Torreneules perquè no hi havia prou infants per formar-la.

Si que és cert que aquest curs escolar 25-26 s'han inscrit més infants que l'any passat, és a dir 24-25.

L'assistència als campaments d'estiu i a les activitats durant l'any ha estat molt bona, mentre que a les colònies ha estat una mica més baixa, especialment en les colles petites.



GRUP DE FOTOGRAFIA

Responsable: Mercè Boladeras Tordera

Vocals:

M^a Àngela Castellví García

Miquel Traveria Solas

Objectiu de la Secció: Millorar habilitats i ampliar coneixements de fotografia i autors.

Nombre d'activitats desenvolupades en el 2025: S'han portat a terme un total de 183 activitats durant l'any.

Nombre de persones que han participat en les activitats de la secció durant el 2025:

Amb la participació aproximada de 2.800 persones

ACTIVITATS MENSUALS:

L'últim dimarts de cada mes es fa la qualificació de les fotografies que es presenten seguint els temes que cada any es proposen, ho jutgen persones amb molts coneixements de fotografia i provada reputació.

Es fa exposició d'aquestes fotografies al vestíbul de l'Entitat, canviant mensualment.

Alguns del nostres companys participen al Concurs Mensual de la Federació Catalana de Fotografia, l'Entitat va quedar classificada en el lloc núm. 39 de un total de 56.

ACTIVITATS SETMANALS:

Durant el mes, cada dimarts fem una activitat diferent i es fa el canvi de l'exposició a la Sala de l'entrada de l'Entitat.

Formació: Pot ser de Photoshop, que pugui estar relacionat amb els temes del mensual o dubtes concrets, o algun taller específic sobre màquines de fotografiar amb la participació de quasi la totalitat de les persones que formem part del grup.

Comentari de fotografies nostres

Presentació de fotògrafs per donar a conèixer al grup altres maneres o gustos en quant a fotografia

En aquestes activitats acostumen a participar tots els membres de la Secció

ACTIVITATS ESPORÀDIQUES VINCULADES A TALLERS:

Durant el passat anys 2025 van dur a terme sortides a:

Sortida a Sant Just Desvern, al Edifici Walden i el seu voltant, per fotografiar arquitectura

A les instal·lacions de l'Entitat es va fer un taller pràctic d'enfocs a diferents distàncies i el posterior apilat amb Photoshop

La participació d'aquestes sortides ha estat d'entre 12 i 15 persones

EXPOSICIONS:

A l'espai del Pere Quart de la nostre Ciutat s'hi ha fet un total de 3 exposicions durant el 2025.

- Col·lectiva participant tots els components del grup, en total 17 autors.
- Presentació de l'autora sabadellenca Carmen Gavilan amb retrats de gran format i èxit de públic.
- Exposició de les fotografies del Concurs anyal de l'Entitat en la que hi participen diversos membres de la Secció
- A la Sala Abacus de Sant Cugat exposició individual de n'Elvira Coma
- Xerrada a La Casa de la Cultura de Sant Cugat a càrrec de Miquel Traveria de com va començar i realitzar el seu projecte "Objectes Significatius"

Hem de remarcar que la preparació de cada exposició tothom que pot es les tasques d'emmarcar, penjar i despenjar a cadascuna d'elles i portar-ho al lloc a on s'exposa si es fora de l'Entitat, acostuma a ser entre 8/10 persones

Valoració final de les activitats durant l'exercici 2025

Es una valoració positiva doncs amb la nova "programació" d'activitats estem fent que tothom s'impliqui una mica més, seguim intentant fer visible l'Entitat dins la part cultural de la Ciutat, i a traves de la Federació Catalana de Fotografia, donar visibilitat de les exposicions que es fan dels socis dins i fora de la ciutat.

Altres informació rellevant i d'interès a destacar

Col·laboració amb l'Espai La Mola en la cursa nocturna Akelarre Trail, fent fotografies i posant-les a disposició de l'Entitat

Com cada any i juntament amb l'Entitat hem ajudat a preparar i difondre el concurs anyal de Fotografia de Natura i Muntanya, en al seva setena convocatòria, obert no tan sols a tots els socis, si no que també a tothom, amb difusió per part de la Federació Catalana de Fotografia. Fer control de les fotografies per tal de que s'ajustin a les bases, juntament amb personal de Secretaria. Contactar amb persones per fer de Jurat competent, notificar els premis i agraïment als participants, muntar i desmuntar l'exposició a Pere Quart, fen't l'entrega de premis amb membres de la Junta.

El total del participants entre socis i no socis va ser de 12 persones amb un total de 39 fotografies.

GRUP DE VÍDEO

Responsable i programador: Josep Rota

Vocal secretaria: Isabel Hernández

Nombre d'activitats: 36

Participants: 701persones

La dada més cridanera d'aquesta memòria és l'assistència d'espectadors a les nostres sessions públiques. Això és degut a les tres sessions del cicle EL TREN DEL NORD A SABADELL de Miquel Cervera, organitzat conjuntament amb la Secció d'Història i que va congrega amb gran èxit un total de 345 espectadors en la nostra Sala d'actes.

La relació de sessions públiques d'enguany, és la següent:

29 de gener, la 4ª MOSTRA SOCIAL DE VÍDEO DE LA U.E.S. continuadora dels set concursos socials de vídeo anteriors. Aquest any amb el següent programa:

- *Les tines de la vall del Flaquer. 6 min. Lluís Fernàndez*
- *Puig Occidental de coll Roig. 5 min. Àngel Artigas*
- *Caldes de Montbui. 17 min. Antoni Viñas*
- *Ceret, meca del cubisme. 7 min. Josep Rota.*
- *El Sepeli de la Creu Alta. 18 min. Miquel Cervera*
- *Font de les Tàpies. Calders. 5 min. Lluís Fernàndez*
- *Seta i Besiers. 11 min. Josep Rota*
- *Tardor a la Ribeira Sacra. 19 min. Xavier Cabeza*

I la vam tancar amb un sopar dels autors i els membres del Grup al bar d'estatge social.

6,13 i 20 de febrer, el ja esmentat CICLE EL TREN DEL NORD A SABADELL, conjuntament amb la Secció d'Història i les següents pel·lícules de Miquel Cervera:

- La supressió dels passos a nivell
- Sabadell i el ferrocarril
- Inauguració del nou traçat
- La Gran Via

5 i 26 de març, el CICLE: TOT CANÀRIES de Josep Rota

- Fuerteventura, la vella eixuta. 2024-2025
- Tenerife.2. Tres dies, trenta anys després. 2024
- Lanzarote, la illa del vent. 2018
- La rosa dels vents de Gran Canària.2022
- La Palma, la isla bonita.2024

30 d'abril SESSIÓ: RECORDANT RICARD BERNAT

- Polònia, entre la guerra i la pau
- Vlad Tepes
- Parc temàtic

21 de maig SESSIÓ: UN TOMB PER POBLACIONS AL SUD DE CATALUNYA d'Antoni Viñas

- Records d'una estada a Horta. 2020
- Descobrir Tortosa. 2021
- Redescobrint Reus. 2024

18 i 26 de juny: CICLE A L'OEST DELS EEUU d'Isabel Hernández

- Els parcs de la Costa Oest dels EEUU
- Pobles i ciutats de la Costa Oest dels EEUU

24 de setembre SESSIÓ del PROGRAMA D'ESPANYA A LA UNICA 2025

- Retrato d'Ignacio Rodó (Film minut-finalista)
- Donde se quejan los pinos d'Ed Antoja (Secció oficial - medalla de bronze)
- Cafunè de Carlos F. De Vigo i Lorena Ares (Secció oficial-medalla de plata)
- Blava terra de Marine Auclair- Escac (Apartat escoles de cinema- medalla d'or i Millor fotografia)

1,8,15,22 i 29 d'octubre SESSIÓNS FINALISTES dels 19ens PREMIS MIQUEL FÀBREGUES DE REPORTATGES i DOCUMENTALS.

Adjuntem el programa i l'acta dels Premis a l'annex.

19 de novembre SESSIÓ de LLIURAMENT dels PREMIS MIQUEL FÀBREGUES.

- Fer un bon paper. Millor doc. de cultura i Premi comarcal. Miquel Cervera
- Historia de una ola. Millor doc. d'esports, natura i muntanya. Nagore Ecieza
- La Greta torna a Creta. Millor doc. de viatges. Ramon Font
- Misión en Battambang. Millor doc. social. David Tejera i Iosu Andía

10 de desembre SESSIÓ del PROGRAMA INTERNACIONAL DEL CONCURS MUNDIAL UNICA 2025

- Lights. Apartat escoles de cinema. República Txeca. (Medalla de plata)
- Sigma. Autor jove. Armènia. (Medalla de plata)
- Iris. Autor jove. Àustria. (Medalla de plata)
- Forbiden. Secció oficial. República Xeca. (Medalla de plata)
- Tour Guidé. Apartat escoles de cinema. Polònia (Medalla d'or, Premi Unesco i Millor direcció)

En l'àmbit intern i al llarg de l'any, hem fet un total de 18 reunions amb els membres de la Secció amb tertúlies de caràcter tècnic i formatiu, en les quals a més, s'han projectat un total de 33 vídeos dels assistents, seguits d'un petit fòrum.

El FONS D'ARXIVS DIGITALS DE VÍDEO, projecte iniciat el 2022, l'hem engrandit enguany amb pel·lícules d'Isabel Hernández i Ricard Bernat. Fins a la data i a més d'aquests, hi conservem vídeos digitals d'Antoni Viñas, Josep Rota, Miquel Fàbregues, Miquel Cervera i Lluís Fernàndez.

ANNEX premis Miquel Fàbregues

Dimecres, 1 d'octubre, 19h. a la Sala d'Actes de la U.E.S.	
DISONANCIA (S)	24 min
Raquel Larrosa (I) - Guadalajara	
VICTÒRIA I VANCOUVER (V)	12 min
Joaquim Clos (A) - Barcelona	
LA MONTAÑA TÓXICA (N)	6 min
Luis Miguel Ariza (I) - Madrid	
TEMPS DE FLORS (C)	9 min
Isabel Hernández Bueno (A) - U.E.S.	
BEBÉS ROBADOS (S)	21 min
Mau Cardoso (I) - Sevilla	

Dimecres, 22 d'octubre, 19h. a la Sala d'Actes de la U.E.S.	
LA GRETA TORNA A GRETA (V)	25 min
Ramon Font (A) - Castelldefels	
LA HISTORIA DE UNA OLA (N)	16 min
Nagore Eceiza (I) - Donostia	
TARDA DE VÍDEO (C)	8 min
Antoni Viñas (A) - U.E.S.	
NUR SULTÁN (C)	14 min
Xoan Escudero (I) - Vigo	
TOGORES. SABADELL (N)	8 min
Lluís Fernàndez (A) - U.E.S.	

Dimecres, 8 d'octubre, 19h. a la Sala d'Actes de la U.E.S.	
NORD D'ISLÀNDIA-VIDA SALVATGE.. (N)	22 min
Francesc Monsonís (A) - Barcelona	
LES IMATGES ARRIBAREN A TEMPS (C)	6 min
Jaume Carrió (I) - Mallorca	
CABANYAL S.A. (C)	4 min
Alumnat 5è de Prim. CEIP Serreria (A) - València	
TA BO.ABRIENDO CAMINO. E.ANGOLA(N)	24 min
Juan Miguel Ponce (I) - València	
LA CIUTAT DELS SANT'S (V)	18 min
Antoni Viñas (A) - U.E.S.	

Dimecres, 29 d'octubre 19h. a la Sala d'Actes de la U.E.S.	
MISIÓN EN BATTANBANG. TRAS LOS..(S)	22 min
David Tejera i Iosu Andía (I) - Madrid	
IGUAZÚ (N)	20 min
Martí Arañó Oller (A) - Sant Cebrià de Vallalta	
ESCOGIMOS MUERTE (C)	11 min
Verónica Rodríguez (I) - Cacabelos (León)	
CAMINANT PER LES AÇORES (N)	19 min
Àngel Artigas (A) - U.E.S.	

N: Natura i biologia, muntanya i esports.

V: Viatges

S: Doc. social

C: Doc. cultural

A: Autor amateur

I: Autor independent

Dimecres, 15 d'octubre, 19h. a la Sala d'Actes de la U.E.S.	
LA CARTA (C)	18 min
Alumnado IES Lope de Vega (A) - Fuente Obejuna	
BRUJAS (N)	23 min
Cesare Maglioni (I) - França	
FER UN BON PAPER (C)	12 min
Miquel Cervera (A) - U.E.S.	
LA LUZ QUE NOS GUÍA (C)	20 min
Cristina Rodríguez Paz (I) - Madrid	

Dimecres, 19 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	

click FOR FESTIVALS
CORRECCIONA FILMS IHI FESTIVALS

LA LLAR DEL
LJIBRE

UNIÓ EXCURSIONISTA DE SABADELL
c/ Salut, 14-16 - Sabadell

HISTÒRIA



MEMÒRIA DE LES ACTIVITATS DE LA SECCIÓ D'HISTÒRIA DE L'ANY 2025

COL·LABORACIONS

S'ha continuat col·laborant en l'ampliació i posada al dia d'alguns dels continguts del "Descobreix el rodal" penjat a la xarxa per la Secció Natura, alhora que s'hi ha afegit algunes fotografies de l'Arxiu Fotogràfic. Es va començar la col·laboració amb l'Arxiu Històric de Barberà del Vallès donant-los a conèixer tot el material fotogràfic de què disposem d'aquella població. També hem participat en l'elaboració del llibre "El Ripoll de cap a cap" promogut per la Secció Natura i els Amics del Ripoll que es presentarà per Sant Jordi de l'any vinent.

REPRESENTACIONS

Encara que tenim representants en l'ORGANISME AUTÒNOM LOCAL DE MUSEUS i ARXIU HISTÒRIC DE SABADELL (OAMA) i amb la TAULA DE TREBALL DE L'ARXIU HISTÒRIC I ELS MUSEUS MUNICIPALS DE SABADELL, no hem estat convocats en tot l'any.

EDICIONS

Com ha estat habitual hem elaborat el CALENDARI DE LA UES de l'any vinent, 2026. Enguany s'ha mantingut un volum de vendes semblant al de l'any anterior. És el 34è 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 completat la totalitat de l'arxiu fotogràfic de Ricard Molins.

Com a donacions importants, hem rebut, aquest any les de l'escalador Josep Alaix i una part de les fotografies de Manel Galícia. De moment estem identificant les imatges del primer i hem començat a digitalitzar i arxivar les del segon (MAGAMA).

MGC i LFL. març de 2026

Sabadell Ahir Calendari 2025

UES, excursionistes des del 1908



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.

Actualment som 8 persones que formem la secció: Anna Puig, Josep Maria Manyosa, Joana Arroyo, Elisenda Campi, Leonor Valero, Mònica Gajate, Núria Llistar i Maria Marminyà, que organitzem les sortides, tallers, cursos. A part, la Núria Crespo, tot i que ja no forma part de la secció col·labora portant un grup els dilluns matí. 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. Aquesta tasca és l'objectiu principal de la nostra secció.

Som conscients que som una potencial porta d'entrada de socis a la entitat, ja que la nostra activitat és molt adequada per a persones que no han caminat mai o que tenen ganes d'introduir-se en el món de la muntanya. Partim de l'ensenyament de la tècnica de la marxa nòrdica tot i que també aprofitem la nostra activitat per fer alguns comentaris d'interès que tant poden ser consells saludables sobre la pràctica de l'esport a l'aire lliure, aportació d'informació cultural sobre els indrets que visitem i també el foment dels valors de respecte a la natura que ens envolta.

Durant l'any 2025 seguim amb una bona tònica de les sortides d'entre setmana, però en general hem notat una davallada de participació especialment en les sortides socials. Malgrat que la proposta de les Vies Verdes sembla que ha agradat força costa molt omplir els autocars i en la resta de sortides de forma genèrica hi ha hagut poca participació. En el darrer trimestre hem fet una enquesta per conèixer la opinió dels nostres usuaris/es. Ha estat enviada a 308 persones i l'han respost 65 persones. Adjuntem al final els gràfics del resultat. A final d'any ens hem vist molt afectats per la pesta porcina africana que ha tocat directament tot el Rodal, veient-nos obligats a suspendre la Caminada del Cross dels Esquiadors.

Resum de les participacions en les sortides socials de la secció de Marxa Nòrdica 2025

En totes les nostres sortides socials es pot apuntar qualsevol persona, independentment si són socis o no de la entitat.

Enguany el total de participants en les sortides socials ha estat de: 237

Les sortides socials inclouen:

- Les sortides mensuals dirigida a tothom que practiqui marxa nòrdica.
- Les sortides de Nivell Avançat, per als practicants de marxa nòrdica que busquen un nivell de dificultat més elevat.
- La Caminada de marxa nòrdica que inclou el Cross dels Esquiadors.
- La caminada que organitzem dins del Calendari de Caminades de Marxa Nòrdica de la FEEC, de la qual en som pioners.
- Les sortides extres d'estiu a la fresca i de Nadal.
- Els participants de marxa nòrdica inclusiva estan sumats en el total de participants de cada activitat.

Al final adjuntem el total de participants en les activitats d'entre setmana, gratuïtes per als socis de l'entitat que hagin fet el curset d'iniciació a la tècnica de la marxa nòrdica. Per a totes les persones soci@web i no sòcies però federades en una altra entitat disposem del tiquet MARXA, vàlid perquè puguin participar regularment o puntualment en les sortides diàries d'entre setmana de marxa nòrdica.

SORTIDES SOCIALS 2025:	Vocals	Recorregut	Distància	Desnivell	Participants
Diumenge 19 de gener: Via Verda 1 - Vall de Bianya	Maria Marminyà	Lineal	10,16 km	289 m	31
Diumenge 2 de febrer: Via Verda del Carrilet I - D'Olot a Sant Miquel de Pineda	Mònica Gajate i Maria Marminyà	Lineal	15,5 km	-65 m	34
Diumenge 23 de febrer: Parc de la Sèquia de Manresa	Leonor i Núria Llistar	Circular	10 km	-/+ 60 m	33
Diumenge 2 de març: Via Verda del Carrilet I - De Sant Miquel de Pineda a Amer	Anna Puig i Maria Marminyà	Lineal	15,11 km	inapreciable	25
Dissabte 29 de març: Marxa nòrdica & Muntanya: Frares i agulles de Montserrat	Maria i Enric Malvesí	Circular	6,82 km	416 m	17

Diumenge 25 de maig: Caminada FEEC - 7ª En Marxa pel rodal	Secció Marxa Nòrdica	Circular	12 km	+/- 145 m	50
Dissabte 14 juny: L'Estartit i Roca Maura	Anna Puig i Núria Crespo	Circular	8,6 km	+231 m/- 170 m	8
Dissabte 27 de setembre: L'Ametlla de Merola i Colònia Vidal.	Anna Puig i Núria Llistar	Circular	10,97	+/-144 m	8
Diumenge 26 octubre: Estanys de la pera	Josep Maria Manyosa	Circular	12 km	+ 30 m	5
1 Novembre: Caminada del Cross Esquiadors	Marti Manyosa i Maria / Secció marxa nòrdica				Suspesa per PPA
Diumenge 14 desembre: Pont foradat de les Arnaules	Maria Marminyà	Circular	7 km	+/- 270 m	6
21 desembre, la classica de Nadal - Suspesa PP	Anna Puig				Suspesa per PPA
La Clàssica de cap d'any - Suspesa PP	Maria Marminyà				Suspesa per PPA
TOTAL PARTICIPANTS Sortides Socials 2025:					217

Marxa a la Fresca 2025:	Vocals	Recorregut	Distància	Desnivell	Participants
divendres 11 de juliol: Redescobrir Gallecs	Mònica Gajate	Circular	9 km	+/- 170 metres	11
divendres 25 de juliol: Pels camins de Cerdanyola	Maria Marminyà	Circular	13,13 km	+/- 220 metres	9
TOTAL PARTICIPANTS Marxa nòrdica a la fresca 2025:					20

Activitats formatives de Marxa Nòrdica realitzades al 2024 i activitats fetes amb col·laboració d'altres entitats

Durant l'any i en funció de la disponibilitat dels instructors/es de la secció, de les diferents activitats de la secció i també segons la demanda que tenim intentem fer, almenys un parell de cursos durant l'any per ensenyar la tècnica de la marxa nòrdica a aquelles persones que es volen introduir en aquesta activitat. També estem oberts a fer activitats en col·laboració amb altres entitats de la ciutat que ens ho puguin demanar. En aquest sentit cal destacar l'activitat realitzada per tercera vegada en la història de la nostra secció en col·laboració amb el servei de Medicina Preventiva del Parc Taulí i el programa Parc Taulí saludable, adreçat als professionals de l'hospital Parc Taulí, que ha tingut molt bona acollida.

Activitats formatives 2025	Tastets de marxa nòrdica	Cursets Iniciació a la marxa nòrdica	
Dissabte 18 de gener: Tastet de marxa nòrdica Inclusiva Instructora: Leonor Valero	15		
Dissabte 15 de març: XL Curset Iniciació a la Marxa Nòrdica Instructors: Leonor Valero i Joana Arroyo		10	
7 abril. Dia mundial de l'activitat física. Activitat conjunta amb l'Associació El Far	295		
Divendres 25 d'abril: Tastet de Marxa Nòrdica amb professionals del Parc Taulí Instructors: Joana Arroyo i Maria Marminyà	10		
Diumenge 15 de juny: XLIè. Curset Iniciació a la Marxa Nòrdica Instructors: Núria Llistar i Maria Marminyà		5	
Dilluns 3 de novembre: Tastet de marxa nòrdica inclusiva ONCE /Ajuntament SOM CAPAÇOS Instructora: Leonor Valero	21		
Total participans per tipus activitat formació:	341	15	356

Resum participacions en les activitats d'entre setmana durant el 2025

PARTICIPACIONS EN ELS GRUPS D'ENTRE SETMANA 2025:	GENER	FEBRER	MARÇ	ABRIL	MAIG	JUNY	JULIOL	AGOST	SETEMBRE	OCTUBRE	NOVEMBRE	DESEMBRE	SUMA TOTAL PER GRUPS
Grup Dilluns mati Instructora: Núria Crespo	39	83	95	32	64	55	-	-	54	48	48	18	536
Grup Dilluns mati Marxa Nòrdica Inclusiva Instructora: Núria Crespo	27	34	36	12	36	46	32	-	25	51	51	27	377
Grup Dimarts mati Instructora: Joana Arroyo	54	56	39	67	46	48	-	-	-	50	50	42	452
Grup Dimarts tarda Instructora: Maria Marminyà	18	24	19	5	21	0	-	-	25	25	25		162
Grup Dimecres mati Instructora: Núria Llistar	53	61	32	45	57	29	14	-	45	45	45	4	430
Grup Dijous tarda Instructora: Maria Marminyà	31	20	5	18	-	19	-	-	10	10	10	22	145
Grup Divendres mati Instructora: Elisenda Campi	15	23	15	30	24	12	-	-	10	16	18	21	184
Grup Divendres tarda Instructors: Mònica Gajate i Josep Maria Manyosa	28	18	5	10	14	9	-	-	16	15	13	13	141
TOTAL PARTICIPANTS PER MESOS:	265	319	246	219	262	218	46	0	185	260	260	147	2.427 participants al 2025

MUNTANYA



Responsable de la secció: Enric Malvesí

Vocals de la secció: Jordi Curto, Jordi Carrillo, E. Malvesí, T. Crusellas, J. Pujol, G. Escapa, M. Jiménez, J. Martí, S. Berdajín, A. Sánchez, A. Artigas, Y. Delgado, M. Serra, S. López, S. Montoliu, E. Marcos, R. Pineda.

Objectius secció: Organitzar sortides socials de muntanya de dificultat variable, principalment excursions d'un dia però també travesses i ascensos a pics de més de 3000 m, dels Pirineus. També organitza sortides d'iniciació hivernals i de vies ferrades.

Nombre d'activitats realitzades: 17

Nombre de persones que han participat: 89, sense comptar la Portada del Pessebre en la qual van participar 42 excursionistes.

Relació d'activitats:

Calendari Sortides 2025		
GENER		
Dissabte 11	EL CAVILLET DE LA MOLLA, SANT LLORENÇ DEL MUNT	Mitja muntanya Dificultat **
FEBRER		
Dissabte 1	PUIG DEL PAN (2470 m)	Hivernal raquetes Dificultat **
Dissabte 15	PIC DELS PEDRONS (2715 m), ALTA Cerdanya	Hivernal raquetes Dificultat ***
MARÇ		
Dissabte 1	PUIG DE FONT VIVA (2673 m), PIRINEUS ORIENTALS	Hivernal raquetes Dificultat ***
Dissabte 15	TOSSAL DE LA BALTASANA (1203 m), Baix Camp	Mitja muntanya Dificultat *
Dissabte 29	SERIALADA DE MONTSERRAT	Mitja muntanya Dificultat **
ABRIL		
Dissabte 12	MAGS DEL MONTGRÉ (310 m), BARR EMPORDÀ	Mitja muntanya Dificultat **
Dissabte 26	CIRCULAR A LA VALL DE LORD, SOLSONÈS	Mitja muntanya Dificultat **
MAIG		
Dissabte 17	PIC D'UNA (2700 m), ALTA Cerdanya-RIPOLLÈS	Alta muntanya Dificultat ***
Dissabte 31	PUIG D'OU (1300 m) I EL TALLÓ (1277 m), ALTA GARROTXA	Alta muntanya Dificultat ***
JUNY		
Dissabte 14	VIA FERRADA	Via ferrada Dificultat K2/K3
Dissabte 28	PIC DE PERAITA (2753 m), BAIXA Cerdanya	Mitja muntanya Dificultat **
JULIOL		
CAP DE SETMANA 29 i 30	TUC DE MOLÈRES (3010 m), VAL D'ARAN	Alta Muntanya Dificultat ***

SEPTEMBRE		
Dilluns 1, 2, 3, 4	TOUR I ASCENSIÓ A LA GRANDE TACHE (3005 m), PIRINEU ARAGONÈS	Travessa d'alta muntanya Dificultat **
CAP DE SETMANA 13 i 14	PIC DE POSETS (3269 m), PIRINEU ARAGONÈS	Alta muntanya Dificultat ***
Dissabte 27	EL COSCOLLET (1610 m), ALT URÒBELL	Mitja muntanya Dificultat **
OCOTBRE		
Diumenge 5	45a RONDA VALLESANA	Camíada Dificultat *
Dissabte 18	PUIG DE BESTRACÀ (2056 m), ALTA GARROTXA	Mitja muntanya Dificultat **
NOVEMBRE		
Dissabte 8	SERRA DE MONTSANT, PRIORAT	Mitja muntanya Dificultat **
Dissabte 22	TURÓ DE BURRIAC (392 m), MARESME	Mitja muntanya Dificultat **
DESEMBRE		
Dissabte 13	PORTADA DEL PESSEBRE	Camíada Dificultat *

Explicació de les activitats: Tal com es pot veure en el calendari es van programar 19 sortides (més la col·laboració amb la Ronda Vallesana) però només es va poder completar-ne 17. Es van haver d'anular, per diversos motius, les sortides a la Vall de Lord i al Coscollet.

Valoració final: La secció de Muntanya ha continuat organitzant les sortides amb normalitat. Les que s'han hagut de suspendre han estat principalment per motius meteorològics -la Vall de Lord- o per dificultats organitzatives -El Coscollet-.

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 XLV edició de la Ronda Vallesana que va tenir lloc el dia 5 d'octubre de 2024. El dos itineraris (curt i llarg) van recórrer els municipis de Martorelles, Sant Fost de Campsentelles i Santa Maria de Martorelles, tots tres al Vallès Oriental; i els Parcs Naturals de la Serralada de Marina i el de la Serralada Litoral. L'organització va anar molt bé malgrat hi va haver una disminució de la participació.
- Organització de la Portada del Pessebre a l'Ermita de Sant Sebastià de Puigpedrós, a Llinars del Vallès, que constitueix l'activitat de la Secció amb major participació. Enguany hi van participar 42 excursionistes.
- 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](#)).

Dades estadístiques.

- Sortides programades per la Secció de Muntanya: 20
- Sortides organitzades per la Secció de Muntanya: 17
- Sortides suspeses: 2
- Activitats amb participació en l'organització: 1
- Nombre de vocals: 17
- Resum de participació. Total participació: 236 (+21 al Pessebre), Mitjana: 13,9 (sense comptar el Pessebre), Participants únics: 89 (+21 al Pessebre).

Difusió

- 1.a Blog de la Secció de Muntanya: [Secció de Muntanya](#).
- 1.b Calendari d'activitats de la secció accessible a la pàgina web de la secció.
- 1.c Missatgeria instantània: Whatsapp, 114 membres
- 1.d Xarxes socials: Facebook (SECCIÓ MUNTANYA UES, 302 membres), Instagram (ues_muntanya, 1010 seguidors) i Flickr ([Flickr](#)).



Informe de l'organització de les Xerrades Mountain Open Talk:

Vocals: Àngel Artigas, Francesc Garcia i Jaume Pujol

Objectius de l'activitat: Organitzar xerrades per vídeo-conferència -utilitzant la plataforma Zoom- de temes de muntanya i tecnologies aplicables a la muntanya (Mountain Open Talks).

Resum de les activitats:

Mes	Xerrada	Assis- tents
Gener	La vida a la Colomina durant les obres hidràuliques de la Vall Fosca	25
Gener	De Helsinki al Cap Nord en BTT	55
Febrer	Natura i conservació dels ambients aquàtics dels Pirineus	27
Febrer	Els transports a la muntanya i l'Aeri de Montserrat	24
Març	Consells de Dermatologia per a excursionistes	26
Març	Buff entre refugis, el trekking del Pirineu	26
Abril	El Parc del Montnegre i el Corredor	27
Abril	La mesura del metre, patró base del Sistema Mètric Decimal	21
Maig	Glubus, la nova plataforma pels amants de la muntanya	19
Maig	El Parc natural del massís dels Ports	
Juny	El conjunt d'ermites de Montserrat i la seva relació amb el Monestir	24
Juny	Els camins de Sant Jaume de Catalunya	21
Octubre	La revista SENDERIA una invitació a reflexionar sobre els camins i a caminar	19
Octubre	K2 : massa alt pels nostres somnis	33
Novembre	Com preparar excursions amb la IA	37
Novembre	Les libèl·lules, un baròmetre dels canvis climàtics	28
Desembre	12 itineraris geològics pel Parc de Sant Llorenç i l'Obac	25

Mitjana de participants: 27,3

CICLE D'EXCURSIONS PER A CONÈIXER LA NATURA

El 2025 vam programar i publicar el tradicional calendari anual d'Excursions per a conèixer la natura, amb un total de 27 excursions socials, en el que ha estat el 37è 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, geologia, biologia, ecologia, ornitologia, geografia, etc. Aquestes són les sortides efectuades:

12 de gener del 2025

Cremant neules i torrons. Primera excursió de l'any, amb un itinerari del riu Ripoll al castell de Can Taió.

12 de febrer del 2025

Natura entre setmana- Sortida matinal del dimecres al castell de Pera i per les carenes de la vall d'Horta, al Parc Natural de Sant Llorenç del Munt.

22 de febrer del 2025

Redueix, reutilitza, recicla: reacciona!
Visita a la planta de residus de Montcada. Sensibilització sobre la gestió dels residus i la reutilització de materials. Amb la col·laboració de l'Àrea de Serveis Ambientals de l'AMB.

12 de març del 2025

Natura entre setmana. Matinal del dimecres per les carenes de la vall de Mur, al Parc Natural de Sant Llorenç del Munt.

23 de març del 2025

Els torrents indomables. Sortida matinal pel rodal de Sabadell més recòndit, orientada a descobrir espais menys freqüentats de l'entorn natural proper.

30 de març del 2025

Retrobant l'Edèn: la Rierada. Ruta matinal pel cor salvatge de Collserola, dedicada a la descoberta dels valors naturals d'aquest sector del parc.

5 d'abril del 2025

El congost del riu Farfanya. Excursió des d'Os de Balaguer fins al monestir de Bellpuig de les Avellanes, combinant paisatge, patrimoni i recorregut fluvial.

12 d'abril del 2025

Baixant a mar pel riu Gaià i fins al bosc de la Marquesa, al Tarragonès, entre el curs baix del Gaià, el litoral i els boscos mediterranis de la zona.

14 de maig del 2025

Natura entre setmana. Matinal del dimecres per les carenes del sot de Matalonga, al Parc Natural de Sant Llorenç del Munt.

24 de maig del 2025

L'alzina de Sant Antolí. Sortida matinal a les envistes de Montserrat, amb interès paisatgístic i de descoberta de l'entorn. Amb el guiatge d'Àngel Hernández Cardona.

1 de juny del 2025

Sal i trumfos. Excursió al Port del Comte i al salí de Cambrils, amb atenció als elements naturals i etnològics del territori. Amb el guiatge de Sàmara Natura.

11 de juny del 2025

Natura entre setmana. Matinal del dimecres per les carenes del Pujol i el sot del Guix, al Parc Natural de Sant Llorenç del Munt.

CICLE D'EXCURSIONS PER A CONÈIXER LA NATURA

28 de juny del 2025

Bosc frescals de rasons cèltics. Excursió a la baga de Campelles, centrada en la descoberta d'un paisatge forestal d'alta muntanya. Amb el guiatge d'Alba Rovira.

28 de setembre del 2025

Etapa 1 - La Matagalls-Montserrat a poc a poc. Primera etapa del nou cicle d'excursions, entre Sant Marçal, Mata-galls i Collformic.

18 d'octubre del 2025

Descobrim les tres fagedes del Moianès. Sortida inèdita de descoberta d'aquests boscos relictuals, més enllà de la Sauva Negra.

26 d'octubre del 2025

Etapa 2 - La Matagalls-Montserrat a poc a poc. Segona etapa del cicle, entre Collformic, el pla de la Calma, Tagamanent i Aiguafreda.

16 de novembre del 2025

La màgia de Savassona. Excursió de Tavèrnoles al mirador del Parador de Sau, en un itinerari de fort interès paisatgístic i patrimonial. Amb el guiatge d'Àngel Bistué, d'Associació Flora Catalana.

22 de novembre del 2025

Montserrat: aigua, coves i història mil·le·nària. Ruta inèdita pel Pla de Montserrat, amb atenció als elements naturals i his-tòrics de l'entorn montserratí. Amb el guiatge de Joan Soler i Gironès.

30 de novembre del 2025

Etapa 3 - La Matagalls-Montserrat a poc a poc. Tercera etapa del cicle, entre Aiguafreda, el grau del Sunyer, el Pou i el pont de les Ferreries.

13 de desembre del 2025

La serra de l'Ataix, tresors de pedra i plom. Excursió programada als termes de Martorell i Castellví de Rosanes per descobrir un patrimoni històric, geològic i miner destacat, amb el guiatge del geòleg Roberto Espínola. L'activitat fou anul·lada a causa de les restriccions derivades de la pesta porcina africana.

LLIBRE "EL RIU RIPOLL DE CAP A CAP. Una ruta a peu fins al mar en 5 etapes."

Durant tot l'any es va treballar intensament, en col·laboració amb els Amics del Ripoll, en l'elaboració d'aquesta guia que documenta el recorregut integral del riu Ripoll, des del naixement fins a l'aiguabarreig amb el Besòs i fins al mar, en 5 etapes. S'ha fet un intens treball de recerca, amb entrevistes, reunions, treball de camp, etc. La guia pretén donar a conèixer i fer valorar la gran riquesa patrimonial i naturalística del riu Ripoll. El llibre es publicarà el 2025, editat per La Llar del Llibre, de Sabadell.

La iniciativa és fruit del cicle d'excursions "Cinc matins Ripoll avall" que vam organitzar l'any 2024. Van ser 5 excursions matinals, en diumenge, cada 15 dies, que van permetre fer tot el recorregut en etapes de 10-15 km.

ACTIVITATS PEDAGÒGIQUES

De febrer a juny i d'octubre a desembre del 2025.

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 per al curs escolar 2024-2025 i 2025-2026, 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 adreçada a infants de P4-P5-1r i 2n d'EP
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. Tots els tallers s'han realitzat amb dos monitors, per tal de garantir la qualitat pedagògica de l'activitat.

En total s'han realitzat 10 activitats al llarg del any, amb un total de 325 alumnes.

CONFERÈNCIES / XERRADES

Cicle de CAFÈS CIENTÍFICS 2025 Activitats realitzada conjuntament amb l'Institut Català de Paleontologia Miquel Crusafont; ADENC; Fundació Bosch i Car-dellach; Associació la Ruda, Agrupació As-tronòmica 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.

18 de març del 2025 Els Pirineus: el darrer reducte dels dinosaures d'Europa. Bernat Vázquez, paleontòleg, investigador del Grup de Recerca d'Ecosistemes de Dinosauris. Institut Català de Paleontologia Miquel Crusafont.

29 d'abril del 2025 Obesitat, mites i realitats. Laura Pastor, nutricionista comunitària d'atenció primària dels CAP de Castellar, Polinyà i Sentmenat. Acadèmia de Ciències Mèdiques. Filial del Vallès Occidental.

20 de maig del 2025 La falla i els rius del Vallès. Antoni Freixes, geòleg, coordinador del grup de recerca Kras Hidrologia. La importància de la hidrogeologia a la comarca. ADENC, Associació per la Defensa i Estudi de la Natura a Catalunya.

17 de juny del 2025 Cadena de valor alimentària. Anna Angli, tècnica de l'OCAS. La producció, la distribució, el consum i la traçabilitat dels aliments. Associació La Ruda - Amics de Can Deu per a l'agricultura ecològica.

16 de setembre del 2025 Hi ha vida extraterrestre intel·ligent? Xavier Bros, astrònom amateur, expert en astrofotografia. Els arguments a favor i en contra de l'existència de vida extraterrestre intel·ligent. L'Astronòmica de Sabadell.

21 d'octubre del 2025 Superconductivitat, levitació i altres fenòmens quasi-màgics del món quàntic. Carles Navau, catedràtic de Física de la UAB. Els fenòmens vinculats a la superconductivitat i al món quàntic. Fundació Bosch i Car-dellach.

18 de novembre del 2025 El fascinant món dels minerals. Joan Abejón i Creus, gemmòleg i mineralogista. Catalunya, un país miner. Unió Excursionista de Sabadell. Secció Natura .

Altres conferències/xerrades

10 de juny del 2025 Mobilitat, transport, contaminació, canvi climàtic, salut...

Xerrada-debat sobre l'impacte ambiental del transport al Vallès, organitzada per la Campanya contra el Quart Cinturó, amb intervencions de Jordi Sunyer i Mireia Boya. La sessió va abordar les relacions entre mobilitat, contaminació atmosfèrica, salut pública i polítiques ambientals.

ALTRES ACTIVITATS

31 de gener del 2025

ACTE DE PRESENTACIÓ DEL CALENDARI D'EXCURSIONS 2025

Trobada dels amics de la Secció Natura amb motiu de la presentació del calendari d'excursions del 2025. Ja son 37 anys de calendaris d'excursions per a conèixer la natura. Amb l'actuació del poeta Jep Boix i del cantautor Titu Martí, així com diverses projeccions audiovisuals.

9 febrer del 2025

XVII FESTA DE L'ARBRE

La Festa de l'Arbre de la UES és una ocasió anual per celebrar el nostre compromís amb la defensa de la natura i del rodal de la nostra ciutat. Amb aquesta plantada al Parc Agrari de Sabadell, posem el nostre gra de sorra d'una manera festiva i ben positiva a les amenaces que planen sobre els espais agrícoles i naturals del rodal.

En aquesta ocasió es van tornar a plantar oliveres de la varietat Vera del Vallès, donant a l'acte un sentit de lluita per pau. Va haver-hi vistes guiades a la vinya del Parc Agrari, a càrrec de la cooperativa l'Olivera, tast de vins (vi Arraona, de la vinya del Parc Agrari) i visita guiada a la finca agrària de Can Gambús, a càrrec de l'Agrària Can Viver i l'Ortiga Productes Ecològics. I la participació i animació del grup Bufanúvols i dels Gegants del Rodal.

Organitzat conjuntament amb el Grup d'Esplai La Ganyota. En col·laboració amb el Departament de Transició Energètica de l'Ajuntament de Sabadell.

Gener-desembre del 2025

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

Participació en les reunions i activitats de la Campanya contra el Quart Cinturó.

10 de juny del 2025

Mobilitat, transport, contaminació, canvi climàtic, salut...

Xerrada-debat sobre l'impacte ambiental del transport al Vallès, organitzada per la Campanya contra el Quart Cinturó, amb intervencions de Jordi Sunyer i Mireia Boya. La sessió va abordar les relacions entre mobilitat, contaminació atmosfèrica, salut pública i polítiques ambientals.

Demostracions de cuina solar

9 de febrer del 2025

Taller de demostració de cuina solar, amb diversitat de tipus de cuines i forns, en el marc de la XVII Festa de l'Arbre, al Parc Agrari de Sabadell.

8 de juny del 2025

Demostració de cuina solar a la Creu Alta

Activitat de divulgació desenvolupada en el marc de la Festa Major de la Creu Alta.

Gener-desembre del 2025

Col·lecció de Minerals de la UES Miquel Crusafont

S'han continuat les tasques de rehabilitació de la col·lecció de minerals de la UES Miquel Crusafont i Pairó, de la qual ja s'ha organitzat la vitrina dedicada als minerals del Vallès Occidental.

S'ha enllestit també el mòdul pilot de l'audioguia i material didàctic audiovisual al voltant d'aquesta exposició, que en facilitarà el coneixement i aprofitament per part de visitants i escolars.

3 setembre del 2025

Inauguració de l'exposició «L'essència del Museu d'Història de Sabadell. Una exposició participativa, una exposició compartida», amb una mostra de minerals del fons del Museu que s'han exposat conjuntament amb la col·lecció de minerals de la UES.

ALTRES ACTIVITATS

Octubre-desembre del 2025

La Matagalls-Montserrat a poc a poc

El 2025 s'ha iniciat aquest cicle d'excursions que durarà entre setembre 2025 i maig 2026.

L'objectiu del projecte "Matagalls-Montserrat a poc a poc" és fer possible gaudir a pler dels atractius naturals, culturals i paisatgístics d'aquesta ruta, que passa per tres importants parcs naturals: Montseny, Sant Llorenç del Munt i Montserrat.

Aquest cicle és també una forma de reivindicar l'excursionisme no competitiu, cultural i interessat per la natura i el país. Per això les etapes no seran simplement una caminada de 10-15 km, sinó que volem donar-hi molt de contingut i atractiu.

El 19 de juny del 2025 es va dur a terme un acte de presentació de les vuit etapes. Durant el 2025 s'han dut a terme les primeres 3 etapes, corresponents al Matagalls, al Pla de la Calma i Tagamanent, i als cingles de Bertí. Cada etapa ha anat precedida d'una xerrada introductòria, en format d'entrevista, a càrrec d'experts de la zona.

25 de setembre del 2025

Montseny i Matagalls

Entrevista-xerrada preparatòria de la primera etapa, a càrrec de Joan López i Cortijo, biòleg del Servei de Guies del Montseny i autor de diverses obres sobre aquest espai natural.

23 d'octubre del 2025

Montseny, el pla de la Calma i Tagamanent. Segona xerrada-entrevista a càrrec de Joan López i Cortijo, biòleg del Servei de Guies del Montseny i autor de diverses obres sobre aquest espai natural.

27 de novembre del 2025

Conèixer els cingles de Bertí

Entrevista-xerrada preparatòria de la tercera etapa del cicle, a càrrec de Jesús Cano, autor i divulgador profundament coneixedor dels cingles de Bertí i del seu entorn.

Per a cada etapa s'elabora un dossier informatiu i també hi ha un tast de productes locals de la zona.

Gener a desembre del 2025

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. Actualment el flickr de la Secció Natura de la UES conté 23.453 fotos, corresponents a les sortides que hem organitzat des de l'any 2012 13 anys d'excursions. També hi ha 69 vídeos. Les nostres fotos han rebut un total de 2,7 milions de visites.

ALTRES ACTIVITATS

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

Manteniment 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. S'ha fet manteniment també les funcionalitats de l'app per a mòbil “Rodal de Sabadell”, associada a la web.

L'objectiu del mapa-web i l'app 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.

Es tracta d'un projecte obert, que es va completant i millorant, en col·laboració amb la Secció d'Història de la UES. Durant aquest any s'ha continuat revisant i incorporant nous elements, fotografies i textos descriptius.

PROGRAMA D'AUTOTESTS per a conèixer els arbres, arbustos, ocells i de rastres de fauna de les muntanyes catalanes

S'ha dut a terme la segona fase del projecte d'elaboració d'una sèrie de tests online d'autoavaluació i aprenentatge interactiu amb l'objectiu de facilitar el coneixement de les principals espècies d'arbres, arbustos, bolets, ocells i de rastres de fauna que es poden trobar quan es va d'excursió per les muntanyes catalanes.

SENDERS



La Secció de Senders, es compon per: senders dissabtes, senders diumenges i KM 0.

Hi ha excursionistes que participen en les tres opcions.

Funcionem amb dos equips organitzadors diferenciats. Algunes persones formen part dels dos equips. Ens coordinem per fer el calendari anual.

Comencem l'any 2025 amb entusiasme i ganes de seguir coneixent les diverses comarques catalanes.

Seguim comunicant les nostres sortides per mitjà del correu electrònic i de la web i del grup de whats-app, 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.

Hem seguit donant suport a l'aposta de l'entitat per l'inclusivitat de les persones amb discapacitat visual, intel·lectual i s'ha participat a la festa del CIPO i col·laborant en la realització de la caminada 360° amb el TDAH.

Senders de dissabte

En els inicis del any l'equip organitzador ha estat format per: Julià, Amador, Pilar, Josep Sanahuja i Conxita. Per les preparacions continuem comptant amb el Joan Manau.

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

L'assistència total ha estat de:404 persones

El preu de les sortides ha estat de 25€ soci i 32€ el no soci

El balanç econòmic del curs és d'un superàvit aproximat del 25%

RELACIÓ DE SORTIDES

1	11 gener	Sender Històric GR-1 S.Marti d'Emp ò Camallera
2	8 febrer	Id , Camallera -Vilaverut
3	15 març	Id , Vilaverut-Banyoles
4	5 abril	Id , Banyoles-Besalú
5	3 maig	Id , Argelaguer-Oix
6	24 maig	Id , Oix-Coll de Capsacosta
7	20 setembre	Id , S.Pau Segúries-S.Joan Abadesses
8	4 octubre	Id , S.Joan A- Ripoll, ajornat
9	9 novembre	Id , S.Joan A. -Ripoll
10	20 desembre	Id , , Les Llosses - Alps

Senders de diumenge

L'equip el componen: Manolo Barcia, Francesc Lopez, Amador Ruiz, Pilar Fernandez, Conxita Bastardas, Toni Lopez, Josep Giralt, Julià Perea i Josep Sanahuja.

Per el primer semestre, s'han continuat fent rutes de La Muntanya al Mar, reseguint la vall del Llémena fins a Girona i passant per Les Gavarres, finalment hem les passejades pel Priorat. Pel febrer hem iniciat recorreguts per La Vall del Sió. Per tal de conèixer millor l'història d'aquestes terres, s'han contractat visites guiades a Montfalcó, Les arribat a Pals i a la seva platja, després d'un banyet, s'ha anat a fer un dinar de germanor a Torroella de Montgrí.

Per la segona setmana de maig s'ha anat 3 dies al Matarranya, on hem gaudit del Parrisal, de Les Roques del Masmut, del riu Estret d'Arnes, combinat amb visites guiades a Vall de roures i a La Fresneda.

Hem seguit fent excursions de proximitat i entre setmana, utilitzant el transport públic. En la seva preparació i organització participa la majoria de components de la secció, tant de dissabtes com de diumenges.

Durant tota la programació s'han realitzat 9 sortides de #SendersKm0 amb una participació total de: 286 inscrits.

També durant els mesos d'estiu s'ha iniciat una sèrie de sortides de Rodal i senders a la fresca, variant l'horari, els dimecres d'hora pel matí i els divendres per la tarda S'han realitzat un total de 5 excursions.

Iniciem el 2º semestre realitzant rutes de Mar i muntanya, A mitjans de novembre, hem anat al Montsec, fent estada a Terradets, fent rutes pel Congost de Mu, el de Mont-rebei i l'ermita de La Pertusa de Corçà. Gaudint de la visita al Parc Astronòmic del Montsec, de Les Botigues de Salàs, de la fabrica de cervesa de La Pobla. L'assistència total ha estat de 408persones.

El balanç econòmic del curs és d'un superàvit aproximat del 27,98% per les sortides mensuals i un 16% per la del Matarranya i un 15,35% per la del Montsec. El preu de les sortides ha sigut de 25€ soci i 32 € no soci

RELACIÓ DE SORTIDES

1	19 gener	De la Muntanya al Mar, de S.Joan-Girona
2	23 febrer	Id , Girona-Els Angels
3	23 març	Id , Els Angels-Corçà
4	27 abril	Id , Corçà-S.Julià de Borda
5	6-7-8 maig	El Matarranya
6	7 juny	De la Muntanya al Mar. S.Feliu de Borda a platja Pals
7	11 d'octubre	De Mar i Muntanya, Olivella à Sitges
8	11-12-13 novemb.	Montsec i Pallars
9	23 novembre	De Mar i Muntanya - Calella Palafrugell à Palamós
10	14 desembre	De Mar i Muntanya, Puig Cadiretes-Tossa de Mar

Senders a la fresca i senders km 0

1	8 gener	Crematorons al Puig Castellar
2	5 febrer	Els 3 Turons de Barcelona
3	5 març	La Salut i el Puig Madrona
4	2 abril	Can Ribes i pantà de Can Borrell
5	30 abril	Vall de Sant Just i Parc de Cervantes
6	4 juny	Montcada a Canyelles per la vall de Sant Iscle
7	25 juny	Anella verda de Terrassa
8	4 juliol	Les rieres de Valldoreix
9	9 juliol	Anella verda de TeLarrassa
10	18 juliol	Estany dels Aious
11	23 juliol	Anella verda de Terrassa
12	1 octubre	Vallvidrera-Santa Creu d'Olorda i Les Planes
13	5 novembre	Sant Cugat – La Torre Negra
14	4 desembre	Suspenem la darrera per les restriccions ocasionades per la PPA

Participació

Com cada estiu hem col·laborat amb el grup d'Esplai, fent una activitat per als nens del casal d'estiu, anant al bosc de Can Deu fent una demostració de guiatge a persones amb discapacitat visual.

Enguany s'ha col·laborat en l'organització de la Festa del Soci, preparant una passejada per Centelles: La ruta dels Molins i terra de bruixes.

**En total a 2025
hem organitzat quasi 300 activitats a les quals caldria
sumar-hi totes les col·laboracions que hem fet al llarg de
l'any amb altres entitats.
I hem tingut una participació d'unes 13.000 persones.**

#noparem #somUES #viulaUES



A large, light gray outline of a house with a gabled roof and a chimney on the right side, serving as a background for the text.

ues

Unió Excursionista de Sabadell

C. Salut, 14-16- 08202 Sabadell

T. 93 725 87 12- info@ues.cat

www.ues.cat



ues

Sabadell