

***PROGRAMA
D'ACTIVITATS
DE CAP
DE SETMANA***

***DEL CENTRE
D'INFORMACIÓ
AMBIENTAL
BONVILAR
(CIAB)
I DE L'ANELLA
VERDA***



PROGRAMA D'ACTIVITATS DE CAP DE SETMANA DEL CENTRE D'INFORMACIÓ AMBIENTAL BONVILAR (CIAB) I DE L'ANELLA VERDA · 2016 ·

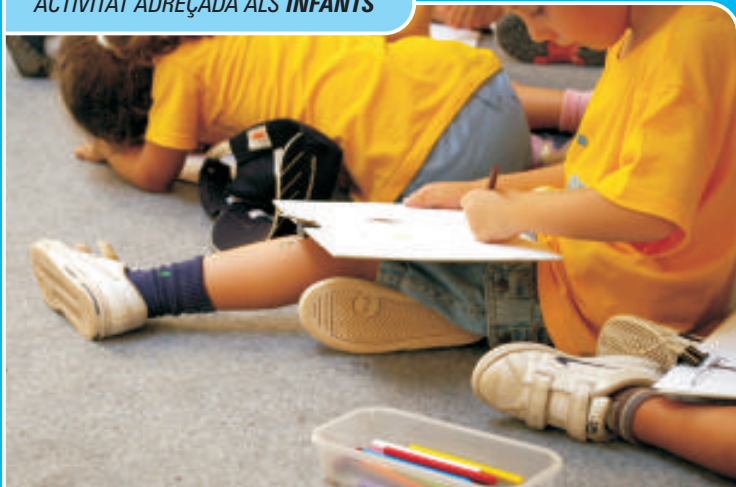
Els entorns de Bonvilar tenen un gran valor ecològic i social. El seu paisatge tranquil i d'aspecte rural, és una combinació harmoniosa de camps, boscos i torrents que acullen una biodiversitat notable i ajuden a equilibrar l'entorn urbà, dens i trepidant del nostre municipi. A més de conèixer aquest espai i equipament, permet conèixer l'Anella Verda de Terrassa en el seu conjunt.

Aquest programa d'activitats és una invitació als terrassencs i terrassenques a descobrir i gaudir d'aquest espai privilegiat de maneres diverses i amb una actitud responsable i respectuosa per contribuir a la seva conservació i millora.

Quasi totes les activitats del programa es realitzen o tenen com a punt d'inici el Centre d'Informació Ambiental Bonvilar (CIAB) que ofereix als visitants els serveis d'informació, àrea de lleure amb taules de fusta, serveis sanitaris, contenidors per classificar les deixalles, sala polivalent, font d'aigua potable i aparcament, per bé que també s'hi pot accedir fàcilment amb autobús, bicicleta i a peu.

És un programa dirigit a tots els públics.

Per a més informació i per a fer suggeriments podeu consultar el web www.anellaverda.terrassa.cat i trucar al telèfon **93 739 70 00** Ext. **4131**



TALLER: **Les màscares del bosc de Bonvilar**

En el bosc de Bonvilar hi ha una gran diversitat d'animals. A partir de la realització d'una màscara, els nens i nenes en coneixeran alguns dels més freqüents, com la guineu, la garsa, el teixó o el ratolí.

Dirigit a: Nens i nenes de 4 a 9 anys.

A càrrec de: Monitor/a d'educació ambiental del Centre d'Informació Ambiental Bonvilar.

Lloc: Centre d'Informació Ambiental Bonvilar.

Data: Diumenge 19 de juny i diumenge 2 d'octubre

Horari: D'11 a 13 hores.

Preu: Gratuït.

Inscripcions: Presentar-se al Centre d'Informació Ambiental Bonvilar amb un adult.

Recomanacions: Portar protecció solar, gorra.



TALLER: **Fem el nostre herbari!**

A partir de l'elaboració d'un herbari, els nens i nenes descobriran algunes espècies vegetals del bosc de Bonvilar, com el pi blanc, el roure, l'alzina, el bruc o l'estepa.

Seguint les instruccions de l'educador/a i cada nen/a cercarà les fulles, els fruits o les flors d'algunes plantes de l'entorn per completar l'herbari.

Dirigit a: Nens i nenes de 6 a 12 anys.

A càrrec de: Monitor/a d'educació ambiental del Centre d'Informació Ambiental Bonvilar.

Lloc: Centre d'Informació Ambiental Bonvilar.

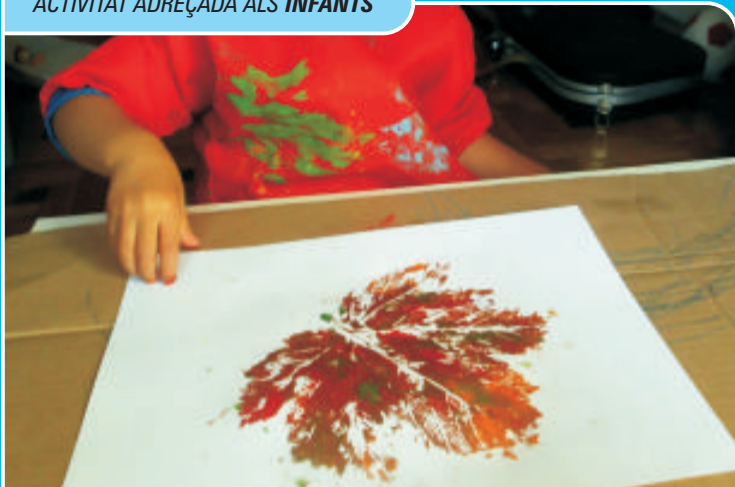
Data: Diumenge 18 de setembre

Horari: D'11 a 13 hores

Preu: Gratuït.

Inscripcions: Presentar-se al Centre d'Informació Ambiental Bonvilar amb un adult.

Recomanacions: Portar roba i calçat còmode, protecció solar, gorra.



TALLER: **Estampem una samarreta**

A partir d'aquest taller els nens i nenes podran crear un record únic dels entorns de Bonvilar. Amb elements que trobarem ben a prop, fulles, pinyes, troncs etc. i pintures, cada nen/a estamparà la seva pròpia samarreta.

Dirigit a: Nens i nenes de 4 a 12 anys.

A càrrec de: Monitor/a d'educació ambiental del Centre d'Informació Ambiental Bonvilar.

Lloc: Centre d'Informació Ambiental Bonvilar.

Data: Diumenge 13 de novembre

Horari: D'11 a 13 hores

Preu: Gratuït.

Inscripcions: Presentar-se al Centre d'Informació Ambiental Bonvilar amb un adult.

Recomanacions: Portar roba vella que es pugui embrutar o una bata.



VISITA: ***Agricultura a l'Anella Verda: la masia de Ca n'Arnella***

L'agricultura és essencial per preservar el paisatge de l'Anella Verda. Amb aquesta visita coneixerem una de les explotacions agrícoles més dinàmiques de l'Anella Verda, Ca n'Arnella. En Quico Brugueras, copropietari de la finca, ens mostrarà els camps i ens explicarà la seva estratègia a l'hora d'escollir els conreus. Després, visitarem la masia catalogada com a patrimoni històric de Terrassa.

Dirigit a: Públic general. Els menors han d'anar acompanyats d'un adult.

A càrrec de: Quico Brugueras, copropietari de Ca n'Arnella

Lloc: Centre d'Informació Ambiental Bonvilar.

Data: Dissabte 11 de juny

Horari: De 10:30 a 13:00 hores

Preu: Gratuït

Inscripcions: Cal reserva prèvia. Places limitades. Inscripcions de dilluns a divendres de 12 a 14 hores i de 15:30 a 17 hores al telèfon 93 785 54 61.

Recomanacions: Calçat adequat per caminar, protecció solar, gorra i aigua.

ACTIVITAT ADREÇADA AL PÚBLIC GENERAL



ACTIVITAT: ***Fitness pre-part i post part***

Amb aquesta activitat et posaràs en forma, faràs exercici amb el teu nadó a l'aire lliure i podràs compartir i escoltar experiències d'altres mares o futures mares.

Dirigit a: Mares i futures mares i els seus nadons

A càrrec de: Jordina Massaguer, llicenciada en CAFE i instructora del Mètode Hipopressiu.

Lloc: Centre d'Informació Ambiental Bonvilar.

Data: Dissabte 17 de setembre

Horari: De 10:30 a 12 hores

Preu: Gratuït.

Inscripcions: Cal reserva prèvia. Places limitades. Inscripcions de dilluns a divendres de 12 a 14 h i de 15.30 h a 17 h al telèfon 93 785 54 61

Recomanacions: Roba còmode. Cada participant haurà de portar una estora ja que es faran exercicis al terra



ITINERARI: ***El torrent de la Grípia***

Els torrents i els boscos de ribera són un dels principals components ecològics de Terrassa. Amb tot, han estat força maltractats al llarg del temps, i actualment estan força degradats. Amb aquesta excursió us proposem conèixer l'origen dels nostres torrents, la seva història, el seu estat actual i les actuacions previstes per a la seva conservació i millora.

Dirigit a: Públic general. Els menors han d'anar acompanyats d'un adult.

A càrrec de: Educador/a ambiental.

Lloc: Centre d'Informació Ambiental Bonvilar.

Data: Diumenge 25 de setembre

Horari: De 10 a 13 hores.

Preu: Gratuït.

Inscripcions: Presentar-se 15 minuts abans al Centre d'Informació Ambiental Bonvilar.

Recomanacions: Calçat adequat per caminar, protecció solar, gorra i aigua.



ITINERARI: ***El torrent de la Betzuca***

Descobrirem un dels fragments més ben conservats del torrent de la Betzuca, n'observarem la biodiversitat, les terrasses i la llera, i explicarem la funció de connectors ecològics dels torrents.

Dirigit a: Públic general. Els menors han d'anar acompanyats d'un adult.

A càrrec de: Enric Datzira, geògraf i educador ambiental.

Lloc: Centre d'Informació Ambiental Bonvilar.

Data: Diumenge 16 d'octubre

Horari: De 10 a 13 hores.

Preu: Gratuït.

Inscripcions: Presentar-se 15 minuts abans al Centre d'Informació Ambiental Bonvilar.

Recomanacions: Calçat adequat per caminar, protecció solar, gorra i aigua.

ACTIVITAT ADREÇADA AL **PÚBLIC GENERAL**



ACTIVITAT: **Excursió de Marxa Nòrdica**

Vols provar la Marxa Nòrdica? Ja la coneixes però vols descobrir nous entorns on practicar-la? De la mà d'experts us proposem una excursió suau de 2 hores i una introducció dels principis bàsics d'aquesta modalitat d'excursionisme. Es facilitaran bastons a les persones que no en tinguin.

Dirigit a: Públic general. Els menors han d'anar acompanyats d'un adult.

A càrrec de: Joan Abelló, Centre Excursionista de Terrassa.

Lloc: Centre d'Informació Ambiental Bonvilar.

Data: Diumenge 23 d'octubre.

Horari: De 10.30 a 13 hores.

Preu: Gratuït (inclou material i assegurança).

Inscripcions: Cal reserva prèvia. Places limitades. Inscripcions de dilluns a divendres de 12 a 14 hores i de 15 a 17 hores al telèfon 93 785 54 61.

Recomanacions: Calçat adequat per caminar, protecció solar, gorra i aigua.



ACTIVITAT: *Instawalk per l'Anella Verda*

Les Instawalks són una excusa per compartir i aprendre, una manera de trobar inspiració, i conèixer nous llocs. Agafa el teu smartphone i surt a fer fotos! Podràs aprendre noves tècniques que et serviran per treure més profit d'instagram en entorns naturals. L'activitat constarà d'una part teòrica i una part pràctica, que es realitzarà pels entorns de Bonvilar.

Dirigit a: Públic general. Els menors han d'anar acompanyats d'un adult.

A càrrec de: Alícia Rey, fotògrafa i instagramer

Lloc: Centre d'Informació Ambiental Bonvilar.

Data: 6 de novembre

Horari: de 10.30 a 13 hores

Preu: Gratuït

Inscripcions: Cal reserva prèvia. Places limitades. Inscripcions de dilluns a divendres de 12 a 14 hores i de 15.30 a 17 hores al telèfon 93 785 54 61.

Recomanacions: Calçat adequat per caminar, protecció solar, gorra i aigua, smartphone

ACTIVITAT ADREÇADA AL PÚBLIC GENERAL



RECORREGUTS BITER: Caps de setmana

BiTer organitza sortides de descoberta de l'Anella Verda al llarg de l'any, gratuïtes i fàcils, amb sortida i arribada a la plaça de la Bicicleta.

Podeu consultar l'agenda a la web: www.biter.cat



Caminades Suaus

T'agradaria caminar i gaudir de l'entorn natural de Terrassa?
No t'ho pensis més, vine, ens ho passarem bé, farem salut i ho notaràs!

Farem un caminada suau i assequible per a tothom d'una hora de durada, acompanyats d'un monitor especialitzat. Es faran diverses parades en el recorregut per aportar-vos consells i recomanacions per caminar de forma saludable.

Dirigit a: Públic general i especialment indicat per aquelles persones poc acostumades a caminar.

A càrrec de: Servei de Salut i Comunitat de l'Ajuntament de Terrassa

Lloc: Centre d'informació Ambiental Bonvilar

Dates: Diumenges 29 de maig, 3 de juliol, 9 d'octubre i 20 de novembre.

Horaris: De 10 a 12 hores

Preu: gratuït

Inscripcions: Presentar-se al Centre d'informació Ambiental Bonvilar

Recomanacions: Calçat adequat per caminar, protecció solar, gorra i aigua.

CALENDARI DEL PROGRAMA D'ACTIVITATS

DISSABTE

DIUMENGE

MAIG

	1
7	8
14	15
21	24
28	29 <i>Caminades Suaus</i>

JUNY

4	5
VISITA: 11 <i>Agricultura a l'Anella Verda: La masia de ca n'Arnella</i>	12
18	TALLER: 19 <i>Les màscares del bosc de Bonvilar</i>
25	26

JULIOL

2	3 <i>Caminades Suaus</i>
9	10
16	17
23	24

AGOST

--	--

SETEMBRE

3	4
10	11
17 ACTIVITAT: <i>Fitness pre-part i post-part</i>	18 TALLER: <i>Fem el nostre herbari!</i>
24	25 ITINERARI: <i>El torrent de la Grípia</i>

OCTUBRE

1	2 TALLER: <i>Les màscares del bosc de Bonvilar</i>
8	9 <i>Caminades Suaus</i>
15	16 ITINERARI: <i>El torrent de la Betzuca</i>
22	23 ACTIVITAT: <i>Excursió de Marxa Nòrdica</i>
29	30

NOVEMBRE

5	6 ACTIVITAT: <i>Photowalk amb Instagram per l'Anella Verda</i>
12	13 TALLER: <i>Estampem una samarreta</i>
19	20 <i>Caminades Suaus</i>
26	27

ACTIVITATS ADREÇADES ALS INFANTS

ACTIVITATS ADREÇADES AL PÚBLIC GENERAL

ACTIVITATS SERVEI DE SALUT I COMUNITAT AJUNTAMENT DE TERRASSA



Ajuntament  de Terrassa

Medi Ambient i Sostenibilitat
www.terrassa.cat/mediambient



Per a més informació:

www.anellaverda.terrassa.cat

**Servei de Medi Ambient
i Sostenibilitat - CDEA**

Pantà, 20. 2a planta. 08221 Terrassa

Tel. 93 739 70 00 ext. 4131

correu electrònic: cdea@terrassa.cat



Amb la col·laboració de:

Centre d'Interpretació del Medi Ambient S.L. (CIMA)

**Servei de Salut i Comunitat
Ajuntament de Terrassa**

 Impres sobre paper reciclat