

## 2a edició de la Caminada del Dia de la Dona per Collserola

Caminar per la natura és una activitat molt terapèutica, més encara si es fa ben acompanyat.

Per commemorar el Dia de la Dona i promocionar la salut, els Equips d'Atenció Primària de Sarrià, Vallvidrera i les Planes vam tenir la iniciativa de fer una activitat comunitària que consistia en una caminada per un entorn natural i conegut.



Montse Medero  
Triballadora Social  
EAP Sarrià, Vallvidrera i les Planes  
@CapSarria

Aquesta activitat per celebrar el Dia de la Dona es va fer per primera vegada el març del 2023, i va ser un èxit amb 101 persones concentrades a la porta del CAP Vallvidrera. Aquest any s'ha tornat a fer la crida a la 2a edició de la Caminada de la Dona, superant el nombre de participants, amb 112 persones inscrites i es podria dir que ha estat inclús més familiar.

L'activitat consistia en una caminada de 3,5 km, assequible per tots els participants, i en acabar, gaudir d'una degustació de botifarra. El recorregut ha estat el mateix que a la 1a edició, fins a arribar al Racó de Collserola, on ens esperaven per gaudir d'un esmorzar de germanor entre tots. L'espai era perfecte per poder compartir una estona agradable i crear un ambient més comunitari i familiar.

Vam comptar amb la col·laboració de l'Associació de veïns del Mont d'Orsà de Vallvidrera, fomentant així la cohesió comunitària entre el veïnat de Vallvidrera i Les Planes.

Esperem poder celebrar cada any aquesta caminada amb tots vosaltres!

**L'objectiu de la Caminada és gaudir d'un dia festiu, fent una activitat saludable a l'aire lliure i compartint-la amb companys i família**



### Enllaços d'interès



<https://capsarria.com>  
Secció -> Actualitat



<https://www.instagram.com/capsarria>