



CENTRE EXCURSIONISTA DE CALDES DE MONTBUI

BUTLLETÍ INFORMATIU DEL CENTRE EXCURSIONISTA DE CALDES.

www.cecmo.net

info@cecmo.net

NÚMERO 81



MAIG - JUNY 2019

EL CECMO A LES TERRES DE L'EBRE.

pag. 3

LETS CLEAN UP EUROPE.

pag 4.

CECMO - ALPÍ.

pags 6 - 7

PROPERES ACTIVITATS.

pags 10 - 11



NOTÍCIES CECMO

A primers d'abril es va procedir al cobrament de les quotes de socis domiciliades, que no havien pagat la quota del 2019, bé de forma expressa o bé demanant la llicència federativa. Aquells socis que no tenen la quota domiciliada i que no hagin demanat llicència rebran un avís al correu electrònic per tal que facin de forma manual el pagament, que si no es fa efectiu dins els proper mes de maig se'ls donarà de baixa com a socis del CECMO.

Per altre banda el passat dimecres dia 24 d'abril es va fer entrega a la Creu Roja de Caldes dels diners recollits per La Caminada (recordem que un 5% de la recaptació de les inscripcions es destinava a finalitats benèfiques). En total es va fer entrega de 460 € que es destinaran des de Creu Roja a les tasques d'inclusió social. Un any més, la vostra participació a La Caminada reportarà beneficis a Creu Roja de Caldes per tal de poder ajudar a les persones més necessitades.



Com podeu veure al recull d'activitats pels propers dies, ja comencem a anunciar les Projeccions a la Fresca, doncs aquest any la primera sessió serà el divendres 28 de juny, i la inaugurarem amb una sessió dedicada al món de l'escalada, però amb la novetat que la vostra assistència pot sortir premiada, doncs es sortejarà l'allotjament per una nit i dues persones al refugi "Margalef on sight", un entorn natural de molt bon aprofitar encara que no sigueu escaladors. Només amb la vostra assistència a aquesta primera projecció ja tindreu opcions que us toqui aquest magnífic regal. Com cada any, les sessions seran a les 10 de la nit als jardins del TOC. Properament tancarem el cartell de sessions pels dies 5 i 19 de juliol.

**ESCOLA D'ESCALADA
I TRAPEZI**

extraescolars
grups d'entrenament
tallers d'iniciació

per totes les edats!

st.Pau 86, Caldes de Montbui
666934206

CECMO A LES TERRES DE L'EBRE

Pels dies 18 i 19 de maig el CECMO té previstes diferents activitats a les proximitats del Delta de l'Ebre. La secció de natura organitza un taller ornitològic de dos dies, per conèixer i identificar diferents espècies que podem trobar en un espai natural tant ric i variat en aquest aspecte, com és ara el Delta de l'Ebre. **C**ontarem amb els coneixements de la Eloïsa Matheu per ampliar els coneixements sobre tot el que envolta al món de les aus.



Aprofitant la logística de l'allotjament per aquesta

activitat, us proposem pel dissabte 18 de maig una ruta per la serra del Montsià, una serralada amb unes magnífiques vistes vers el Delta, que generalment és poc explorada, i amb un desplaçament bastant llarg, que a vegades no entra en cap planificació d'excursionisme. De ben segur, però, que hi trobarem racons que ens portaran a gratificants sorpreses. Per la gent que opti per aquesta opció, donat que es pot fer nit a Sant Carles de la Ràpita, el diumenge es pot donar l'opció d'afegir-se al grup d'ornitologia (si la capacitat de l'activitat ho permet), de fer una visita al Delta pel vostre compte, o de trobar una segona ruta per la zona, que no sigui massa llarga ni exigent.

L'allotjament es farà a la casa de colònies de "L'Alberg de la Ràpita" a Sant Carles de la Ràpita, amb règim de mitja pensió (allotjamnet, sopar del dissabte i esmorzar del diumenge), i els preus son de 50 € els socis per l'activitat d'ornitologia (60 € si no sou socis) i de 30 € pels socis per l'activitat de senderisme (35€ si no sou socis). Els interessats a participar en qualsevol de les dues activitats cal que ho notifiquen quant abans millor per poder fer les reserves.

LET'S CLEAN UP EUROPE

El proper 12 de maig tindrà lloc una nova edició del Let's Clean Up Europe, una activitat promoguda a nivell europeu per tal de concienciar a tothom de la necessitat de mantenir net el nostre entorn natural. El CECMO, a través del grup VIU LA RIERA organitza una

nova jornada de neteja de residus a la riera de Caldes.

SETMANA EUROPEA DE LA PREVENCIÓ DE RESIDUS
PARTICIPA A L'EUROPEAN CLEAN UP DAY!



Netegem el nostre entorn!
 RECOLLIDA POPULAR DE RESIDUS
 A LA RIERA DE CALDES

12 de Maig de 2019 de 10 a 13 h.
 Lloc de trobada: EL TOC (c/ Font i Boet, 4)
 Petit refrigeri i aperitiu a les 13 hores.

Recomanacions: **Portar pantalons i màniga llarga, calçat de recanvi i aigua**

Contacte: defensarieradecaldes@gmail.com
 + info : <http://residus.gencat.cat>











www.arc.cat/lets-clean-up-europe

L'activitat començarà a les 10 del matí amb la trobada de tots els voluntaris a l'espai del TOC, des d'on es distribuïran els punts de neteja que cal recórrer. És aconsellable portar pantalons i màniga llarga, calçat de recanvi i l'aigua i menjar que es cregui oportú per a cadascú. Es preveu que l'activitat finalitzi cap a la 1 del migdia, per retrobar-nos de nou al TOC i prendre un petit refrigeri com a agraïment a la col·laboració feta.

Una vegada més, una inicitiva que cal potenciar, sobretot per aconseguir millorar la salut del nostre planeta, amb petites accions que acaben sent gratament agraïdes per l'entorn natural. No us hi penseu, i veniu a col·laborar amb nosaltres, per tenir una riera més neta.

LA CAMINADA DE CALDES

El passat 10 de març Amics del Sender va organitzar una nova edició de La Caminada de Caldes, amb el recorregut “la ruta de les Alzines”, que feia un seguiment de les alzines més emblemàtiques de la serra del Farell. El recorregut complet era d’uns 18 kms, mentre que una opció més reduïda donava la possibilitat de realitzar un recorregut més curt i menys exigent d’uns 12 kms.

La sortida es va fer des del Parc de Can Rius, i un total de 770 participants van prendre la sortida, fet que suposa la major participació d’entre les 18 edicions de La Caminada. Els senderistes enfilàven cap a la Serra del Farell per la drecera del



camp de futbol i pel corriol que porta fins a l’Alzina de l’Abei, la primera de les monumentals alzines que es visitaven. Des d’aquesta alzina cap a l’alzina de la Jeia (només hi queda la soca, però amb una alzina replantada pels Amics del Sender) i cap a l’alzina de les Tuies, on ben a prop hi esperava el tradicional esmorzar de butifarra. El recorregut llarg portava els participants fins a la punta de la Serra Llisa, per anar a cercar les alzines del Vell del Tabac i de les

Bombes. Una forta devallada cap a Guanta, passant per la font de les Noeretes, i de nou en fort descens cap al Pla de les Absoltes i el Collet del Català. Ara ja només faltava anar a trobar l’alzina de l’Abei per baixar després cap al Salt del Corró i tornar fins a Can Rius.

Una matinal agradable, recorrent camins i corriols de la Serra del Farell, sempre assistits pels avaluaments que podem oferir als participants, gracies a la col·laboració d’empreses i establiments que col·laboren amb la Caminada: Galetes CUÈTARA, begudes COCA-COLA, fruites CAL FRUITÓS, forn PA ARTESÀ, jardineria MIRÓ, botigues d’esport CAMP BASE i BASE-ESPORTS, i les editorials COSSETÀNIA i PIOLET. També agrair la feina de tots aquells voluntaris que tant el dia de La Caminada com els previs de preparació aporten temps i feina per tal que tot es desenvolupi com està previst.

CECMO-ALPI

Bjønнатanna (1470 m) i Velle seter Hornet, cim principal (1510 m) des de Velle seter. Sunnmøre Alpen - Møre og Romsdal (Kjell, Larsen, Bjørn, Dani, Günther, Pol i Xavier)

Una amagada joia dels Alps de Sunnmøre. Una ascensió molt completa que demana molta més tècnica alpina que una ascensió habitual d'esquí de muntanya. Per gaudir d'aquesta ascensió és molt recomanable tenir un sòlid coneixement de les tècniques de grimpada i de l'ús de piolet i grampons.

Dificultats : Grimpada mixta grau II i corredor de neu i gel 45-50°.

Recerca de l'itinerari. No evident.

Forta exposició als elements en l'aresta cimera. Preveure suficient roba d'abric. Esquí S3 i S2. Aproximadament 1800 metres de desnivell.

Podem sentir-nos afortunats d'haver escalat aquesta muntanya, doncs molt poca gent l'escala en ple hivern. És un cim delicat i l'itinerari es difícil de trobar. Per sort els amics noruegs que ens convidaren a fer aquest cim es coneixien tots els racons i ens poguérem moure sense dubtar en cap pas. La baixada depara també un gran descens. La gelera NO del Velle seter es un reservori de neu pols abundant i de qualitat i el seu descens amb esquís val molt la pena.

Kolåstinden (1432 m), el pic desitjat . Sunnmøre Alpen - Møre og Romsdal

Desnivell: 1200 m

Horari: 3h 50 min fins el cim

Dificultat: Algun tram de S3 a la baixada, la resta S2

Cal portar piolet i grampons per superar les rampes de la Stretta i la pala final del cim (45°-50°)

Per a molts es tracta del cim emblemàtic dels Alps de Sunnmøre. Emmarcat entre fjords i cims escarpats, la seva silueta és elegant i només la seva visió desperta el desig irracional de pujar-lo.

El Kolåstinden es una muntanya que s'ha de tractar amb molt de respecte. Presenta trams bastants drets on esperen les allaus si la neu no és estable.

Aquests dies no havien caigut quantitats de neu excepcionals i el servei de predicció de risc d'allaus (varsom.no) marcava risc 2 per a la zona de Stranda. Per a nosaltres va ser suficient i prenguérem la decisió de realitzar l'ascensió.

Xavier Martí.

CECMO-ALPI.

Pic de la Tribuna (2459 m) des de Puyvalador. L'ascensió inesperada

uns 1400 metres de desnivell. Recerca de l'itinerari no sempre evident.

Esquí S3 i S2 . Quatre posades de pells.

Itinerari llarg que cal afrontat en bona forma física

Si les condicions son bones, no deixeu mai d'aprofitar una sortida a aquest cim. Recorre terrenys molt variats i racons inesperats, com la carena entre el Pic de Ginebre i el Pla Bernat, on s'avança per un terreny suau i ondulat cercant el millor itinerari entre els pins, o la dreta baixada a la vall de Laurenti on cal afinar la tècnica i a més a més altres racons impactants que us deixo descobrir a vosaltres mateixos. I tot això sense esmentar el mateix descens del cim que és elegant, directe i dret sense arribar a ser difícil.

Xavier Martí

CANAL DE L'ORDIGUER - SERRA DEL CADÍ

Cordada: Nico, Núria, Fiona i Guillem.

17 de març

Sortida d'alpinisme a la Serra del Cadí. Caminada des d'Estana, passant per Prat de Cadí i ascensió per la Canal de l'Ordiguer practicant tècniques d'encordament en ensemble i reunions en terreny de neu i mixte d'autoprotecció. Canal ben formada, primer ressalt equipat amb reunions flotants per passar encordats, segon ressalt amb força neu sense dificultat. Baixada en ràpel per la Canal del Cristall i caminant de baixada amb temperatura agradable i neu primavera fins a l'aparcament a Estana.



CALDES/PALAU A MONTSERRAT



El passat dissabte 13 d'abril es va realitzar la 20ena edició de la Caldes/Palau cap a Montserrat, que organitza cada any el CECMO amb la col·laboració del Centre Excursionista de Palau Solità. Gairebé un centenar de participants que van sortir des de Caldes i uns 60 que ho van fer des de Palau Solità completaven els 150 inscrits d'enguany. Amb una climatologia radiant, els participants van poder realitzar el recorregut sense incidents, gaudint com cada any dels habituals i abundosos avituallaments que trobaven al llarg del recorregut. Una vegada més agrair a les empreses i botigues que col·laboren amb aquesta activitat, ja que gràcies al seu esforç podem organitzar aquesta travessa de forma sostenible. Moltes gràcies doncs a galetes CUÈTARA, formatges CLOTET, fruiteria CAL FRUITÓS, embotits CANSALADERIA EL TALLET DE LA MONTSERRAT, i l'assistència amb vehicles FURGONETES DEL VALLÈS.



Comercialització d'energia

Gestió de climatització

Instal·lacions electricitat, aigua i gas

Energies renovables



PROBIOMASSA

Venta pèl·let

900 181 776

www.electracaldense.com



ADRECES D'INTERÈS.

LOCAL SOCIAL : SALA N^o 1 DEL CENTRE CÍVIC DE CALDES.

OBERT DIJOURS DE 2/4 de 9 A LES 10 DE LA NIT

PÀGINA WEB: WWW.CECMO.NET

E-MAIL CONTACTE: info@cecmo.net

BLOG CECMO-ALPÍ: cecmoalpi.blogspot.com.es

AMICS DEL SENDER: amicsdelsender@gmail.com

DEFENSA RIERA CALDES: www.defensarieradecaldes.cat

TELÈFON : 619 55 75 34

(només els dijous en horari d'obertura del Centre)

ADEÇA POSTAL : CECMO

C/ BUENOS AIRES 16-18

08140 CALDES DE MONTBUI.

N^o COMPTE PER A TRANSFERÈNCIES :

(LA CAIXA) ES14-2100-0076-4802-0044-4382



PROPERES ACTIVITATS

Com podeu observar tenim un parell de mesos amb força activitat i a més a més , una mica desubicada del que seria el seu funcionament habitual.

Comencem amb el seguiment del GR-7 , que el calendari d'eleccions ha trastocat en les seves dates. Com heu pogut observar, l'etapa del mes d'abril ha passat al dia 1 de maig, i l'etapa del mes de maig es farà el dia 2 de juny. Per tant, al mes de juny tindrem dues etapes, la 5^a el dia 2 de juny i la 6^a el diumenge 30 de juny.

El proper diumenge 5 de maig, tenim una nova matinal, aquesta vegada pels entorns de Castellcir. Pels voltants de la riera de Fontscalents trobarem diverses fonts, una interessant bauma amb un pont medieval, o un antic rentador de llana. Un recorregut fàcil, per realitzar en un matí, adient per fer una activitat de senderisme per gaudir de l'entorn natural.

Pel dissabte dia 8 de juny també tenim programada una sortida, segurament ja cap als Pirineus, tot i que el recorregut estem acabant de perfilar-lo, però donat que enguany no hi ha acumulacions de neu, de ben segur que podrà ser ja una sortida primaveral als Pirineus.

De les activitats com ara el Let's Clean Europe (pàgina 4 d'aquest butlletí) o de la sortida del CECMO a les terres de l'Ebre (pàgina 3) en teniu una informació més detallada en els apartats dedicats a aquestes activitats.

Casaments
Congressos i convencions
Agències i touroperadors
Escoles
Empreses



Sagalés

comercial@sagales.com

www.sagales.com

902 13 00 14

PROGRAMA D'ACTIVITATS

Les activitats que de moment tenim programades pels propers dies són les que a continuació us detallem:

DIUMENGE 5 DE MAIG: Matinal a Castellcir. Ruta de la riera de Fontscalents. Desplaçament en vehicles particulars. Llicència federativa “A”. Persona de contacte JORDI CANUT.

DIUMENGE 12 DE MAIG: LA VOLTA AL PEDRAFORCA. Ruta de tot el dia, donant una volta de 360° pels peus del Pedraforca. Desplaçament en cotxes particulars. Llicència federativa “A”. Persona de contacte RAMON MATA.

DIUMENGE 12 DE MAIG: LET’S CLEAN UP EUROPE. Jornada de neteja dels entorns natural, organitzat pel grup VIU LA RIERA-CECMO NATURA. Punt de trobada EL TOC a les 10 del matí.

DIES 18 i 19 DE MAIG: EL CECMO A LES TERRES DE L’EBRE. Cap de setmana amb allotjament a “L’Alberg de la Ràpita” i activitats diverses relacionades amb el senderisme i l’ornitologia. Persona de contacte JOAN SOLER.

DIUMENGE 2 DE JUNY: 5ª Etapa del GR-7 entre Jorba i Bellprat d’uns 20 kms. Desplaçament en autocar. Ca’l inscriure’s previament. Llicència federativa “A”. Persona de contacte RAMON MATA.

DISSABTE 8 DE JUNY: Recorregut de senderisme pel Pirineu, lloc encara per determinar. Desplaçament en vehicles particulars. Llicència federativa “A”. Persona de contacte CESC PUIG.

DIVENDRES 28 DE JUNY: Primera sessió de les PROJECCIONS A LA FRESCA. En Jan Casas presenta l’audiovisual “BIG WALL: PARE I FILL AL CAPITAN”. A les 10 del vespre als jardins del TOC

DIUMENGE 30 DE JUNY: 6ª Etapa del GR-7 entre Bellprat i Cabra del Camp d’uns 22 kms. Desplaçament en autocar. Ca’l inscriure’s previament. Llicència federativa “A”. Persona de contacte RAMON MATA.

REUNIÓ PREPARATORIA DE LA SORTIDA EL DIJOURS ANTERIOR A L’ACTIVITAT PROGRAMADA.

LA CONTRAPORTADA



**A la portada hi tenim una foto del Xavi Martí a la sortida al Pic de la Tribuna, i a la contraportada una imatge del Monestir de Cellers, feta pel Cesc Puig a la sortida del GR7. A l'interior del butlletí hi trobem fotografies de la Núria Carnicero i d'arxiu del CECMO. La redacció i disseny del butlletí ha estat realitzada per en Joan Soler, amb la col·laboració de la Núria Carnicero (CECMO-ALPÍ).

**D'aquest butlletí s'han realitzat 180 còpies que s'han distribuït als socis de l'entitat, a la biblioteca de Caldes de Montbui, al Centre Cívic i Cultural, al càmping "El Pasqualet, a l'espai del Gat Penjat i a Centres Excursionistes veïns.



**SERVEI DE RESTAURANT ELS
CAPS DE SETMANA I FESTIUS.**

- MENÚ A LA CARTA -

**GAUDIU D'UN ENTORN
NATURAL A CALDES.**

TEL. 93 865 46 95

WWW.ELPASQUALET.COM