



# **CENTRE EXCURSIONISTA DE CALDES DE MONTBUI**

**BUTLLETÍ INFORMATIU DEL CENTRE EXCURSIONISTA DE CALDES.**  
[www.cecmo.net](http://www.cecmo.net)

[info@cecmo.net](mailto:info@cecmo.net)

NÚMERO 112



JULIOL—AGOST 2024

**PROJECCIONS A LA FRESCA**

**Pag 4 - 5**

**DIA DEL CECMO**

**Pag 8**

**ACTIVITATS DEL CECMO**

**Pag 10 - 11**



# ACTUALITAT CECMO

Arribem a meitat d'any, amb els dies on la calor començarà a notar-se amb escreix, però també amb moltes hores de llum que permeten augmentar el temps per poder planificar les nostres activitats a la natura. Per les persones en edat laboral també sol coincidir amb el període de vacances. Com de costum cada any, el CECMO no realitzarà activitats durant el mes d'agost, per tant el dijous dia 25 de juliol serà el darrer que obrirem a la sala 1 del Centre Cívic, i ens retrobarem el primer dijous de setembre, el dia 5. Per a qualsevol comunicació teniu a disposició el correu electrònic del CECMO, però tingueu en compte que nosaltres també fem vacances i les respostes potser no seran immediates.

Recordeu també que una vegada s'han retirat les camisetes del CECMO que vareu encarregar ha quedat un petit estocatge, amb gairebé totes les talles disponibles, per aquelles persones que vulguin algun altre exemplar de la

camiseta, o per aquelles persones que no en varen encarregar cap i ara en voldrien una. El preu per camiseta segueix essent de 20€ per unitat.

Una novetat que teniu a disposició els socis/sòcies, és que podeu accedir a les vostres dades de socis ( carnet del CECMO, activitats programades, accés a inscripció d'activitats) des de l'aplicació per mòbil PLAYOFF ENTITATS, que us podeu descarregar de forma gratuïta al vostre mòbil. Una vegada descarregada, us demanarà que entreu l'entitat a la que pertanyeu ( en aquest cas CECMO ) i després introduint número del DNI i la data de naixement ja tindreu activada l'aplicació. Amb aquest sistema anirà desapareixent el format de carnet físic amb el que estàvem acostumats fins ara, i des d'aquí tindreu un accés més fàcil i còmode amb l'actualitat del CECMO.



**ESCOLA D'ESCALADA  
I TRAPEZI**

**extraescolars  
grups d'entrenament  
tallers d'iniciació**

...  
**per totes les edats!**

**st.Pau 86, Caldes de Montbui  
670 52 55 34**

# LA TRAVESSA DEL JULIOL

Com ja va sent tradició el CECMO tancarà el calendari d'activitats fins a les vacances amb una travessa de dos dies pel Pirineu, enguany des de la boca sud del túnel de Vielha fins a Benasc, els propers 27 i 28 de juliol.



Com que la travessa es desenvolupa per una de les parts més agrestes del Pirineu, i per intentar optimitzar el bon desenvolupament de tota la travessa s'han obert les inscripcions només per aquelles persones que han assistit en alguna de les reunions informatives que s'han fet, de manera que qui s'inscriu a aquesta travessa ha de conèixer les difi-

cultats que s'hi pot trobar, i sobretot per aquelles persones que s'atreveixin amb la opció més agreste del segon dia, que passa pel coll de Salenques. Malgrat la duresa del terreny, els paisatges al peu dels grans gegants del Pirineu valen molt la pena, i la possibilitat de poder pernoctar en un dels refugis més moderns i confortables del Pirineu també.

Esperem poder gaudir d'aquestes dues jornades de travessa que ens portin des de Pont de Salenques fins al refugi Llauset ( 10 kms i 1100 metres desnivell positiu ) i després des del refugi fins al càmping Aneto passant per Puente Coronas ( 18 kms i +400/-1000 m. de desnivell). Pels més agoratsats la segona etapa des de Llauset fins a La Besurta pel Coll de Salenques. ( 14 kms i +600/-1000 m. de desnivell).

**agri**  
CALDES

L'Agrobotiga de Caldes  
www.agricaldes.com

**Venta d'accessoris per a jardineria**

**i animals de companyia**

**Productes de la Terra...**

**I per la terra**

## PROJECCIONS A LA FRESCA

El proper divendres 28 de juny comencem les PROJECCIONS A LA FRESCA, com sempre al jardí del TOC, al carrer Font i Boet n° 4, de Caldes de Montbui, a les 10 del vespre i amb entrada gratuïta.

Començarem amb “HASTA DONDE LOS PIES NOS LLEVEN” explorant un indret d’Alaska on no hi havia constància que l’ésser humà l’hagués trepitjat mai, amb les sorpreses que això podia comportar als dos expedicionaris, la Marta Bretó i el Tato Rosés, fotògrafs i excursionistes, que volien caminar durant 20 dies per aquesta remota zona solcada per muntanyes, glaceres, boscos i rius, sense un sol camí i que va posar a prova la seva resistència física i psicològica.

Seguirem amb “LADAKH. GEL EN EL PETIT TIBET” un documental que mostra l’expedició per explorar i escalar cascades de gel a la Vall de Nubra, al nord de Ladakh, i on s’aprofita per mostrar també la vida en aquest territori, amb el budisme tibetà autèntic i genuí present a cada un dels seus racons. Presentat per Rafa Vadillo, que ja ens va acompanyar l’any passat, i que segur ens farà passar una garn vesprada.

Per acabar el cicle, “UN TAST DE DOLOMITES” presentat per la Reimei Camps i el Cesc Puig farem un recorregut per aquestes mítiques muntanyes del nord d’Italia, resseguint els racons que vàren poder gaudir i descobrir el passat estiu.

Reserveu-vos els divendres 28 de juny, 5 i 19 de juliol, al TOC.



Comercialització d'energia

Gestió de climatització

Instal·lacions electricitat, aigua i gas

Energies renovables



PROBIOMASSA

Venta pèl·let



900 181 776

[www.electracaldense.com](http://www.electracaldense.com)

**Gratuit!**

**CECMO**

CENTRE  
EXCURSIONISTA  
DE CALDES DE MONTBUI

# PROJECCIONS A LA FRESCA

## JUNY - JULIOL 2024



Divendres a les 22h  
al jardí del TOC c. Font i Boet 4

**Divendres 28 de juny**

**Hasta donde los pies  
nos lleven**

de Marta Bretó i Tato Rosès



**Divendres 5 de juliol**

**Ladakh. Gel en el  
petit Tibet**

per Rafa Vadillo



**Divendres 19 de juliol**

**Un tast de Dolomites**

per Remei Camps i Cesc Puig

Col·laboren:

Ajuntament de  
Caldes de Montbui



Federació d'Entitats  
Excursionistes de Catalunya  
(Federació Catalana d'Alpinisme i Escalada)

## LA RUTA DELS MAQUIS

El passat 26 de maig es va realitzar la primera etapa del conjunt anomenat Ruta dels Maquis, que va començar al petit poblet de La Menère, el poble francès situat més al sud del país, des d'on varem enfilem cap al Coll de Falgueres per un camí ombrívol amb molta fageda, i varem entrar a Catalaunya per aquest pas fronterer. Després del coll de la Maçana arribem fins a les Baumes d'Uja i baixem cap a Talaixà, tot recordant la primera sortida oficial del CECMO.



Des de Talaixà una imponent baixada ens portarà fins a Oix tot resseguint la Vall d'Hortmoier i el Grau d'Escales. Una etapa on es podia copsar la duresa i dificultats que suposava tant els camins cap a l'exili, com les tasques de resistència al franquisme.

La propera etapa dels maquis ens portarà des de Montagut fins a Santa Pau, passant per Castellfollit de la Roca i les Baumes de Caxurma, un indret que sembla sortit d'un conte de fades, per la zona volcànica de La Garrotxa i acabant a l'encantador poble de Santa Pau. Un recorregut ple de contrastos, amb diversitat de paisatges, que es van suavitzant a mesura que deixem el Pirineu i avancem cap a la Catalunya interior. Esperem que gaudiu d'aquesta segona etapa en homenatge a aquells homes i dones que trescàven aquests camins també.



# LA CAMINADA DE L'OR



Després d'haver de suspendre la sortida en la data prevista inicialment, gràcies a una de les sortosament molt habituals pluges d'aquesta primavera, finalment el dissabte 8 de juny, amb la participació de gairebé 120 persones es va poder celebrar la caminada nocturna de l'Or que organitza la Creu Roja de Caldes i on el CECMO hi col·labora organitzant la logística del recorregut i l'avituallament de meitat de caminada. Un recorregut d'uns 10 kms que portava als participants a poder gaudir de les vistes nocturnes des de la Torre Roja, i que va servir per recaptar gairebé 1500 € que serviran per poder destinar recursos cap a ajudes de caire social realitzades des de Creu Roja de Caldes. Destacar la col·laboració dels membres de Protecció Civil, així com dels voluntaris/voluntàries de Creu Roja que aporten magnífics menjars per a l'avituallament de l'arribada.

I moltes gràcies a totes i tots els participants per col·laborar i gaudir d'aquesta activitat nocturna.

**Pel·litzKito**

VARIEDAD DE TAPAS, BURGERS I SNACKS

Restaurant  
**WINNER**  
Culina Fresca i Casolana

## DIA DEL CECMO

Pel proper 6 d'octubre estem treballant en una nova edició del Dia del CECMO, una jornada especialment pensada com a trobada entre els socis i sòcies de l'entitat i que serveixi per confluïr quants més millor, tot realitzant alguna activitat de muntanya i acabant amb un dinar de germanor . Seguirem més o menys el mateix fil conductor que la diada de fa 2 anys, amb un parell de recorreguts de senderisme que sortiran des de Sant Sebastià de Montmajor, un de més llarg ( d'uns 14 kms i uns 500 metres de desnivell ) i un de més curt ( uns 9 kms, amb menys desnivell ) i que acabarien més o menys cap a la 1 del migdia a Sant Sebastià, on tindrem preparat el dinar ( paella d'arròs, amanides, beguda, postres i cafè ) per comentar i fer tertúlia entre tots.

Per acabar la jornada un joc participatiu entre els que es vulguin apuntar-s'hi, relacionat amb el CECMO, per acabar la jornada rient tots plegats. A mesura que tinguem més detalls, us informarem de com fer les inscripcions i dels detalls de les activitats. Com a l'any 2022, si algú es vol apuntar només al dinar, ho podrà fer, i si voleu inscriure algunes persones que no siguin sòcies del CECMO però vulguin conèixer com funciona i afegir-se a la festa, també ho podreu fer.

Recordeu a reservar el proper diumenge 6 d'octubre pel Dia del CECMO.

Casaments  
Congressos i convencions  
Agències i touoperadors  
Escoles  
Empreses



**Sagalés**

comercial@sagales.com

www.sagales.com

902 13 00 14



## ADRECES D'INTERÈS.

**LOCAL SOCIAL :** SALA N<sup>o</sup> 1 DEL CENTRE CÍVIC DE CALDES.

OBERT DIJOURS DE 8 a 9 del VESPRE.

**PÀGINA WEB:** WWW.CECMO.NET

**E-MAIL CONTACTE:** info@cecmo.net

**FACEBOOK :** Cecmo Centre Excursionista

**TWITTER:** @CECMO\_Caldes

**TELÈFON :** 667 57 05 72

**ADEÇA POSTAL :** CECMO

C/ BUENOS AIRES 16-18

08140 CALDES DE MONTBUI.

**N<sup>o</sup> COMPTE PER A TRANSFERÈNCIES :**

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



I encara més ressenyes de l'activitat del CECMO Alpi...  
al BLOG. Segueix-nos!  
[cecmoalpi.blogspot.com](http://cecmoalpi.blogspot.com)



**AMICS DEL SENDER:** amicsdelsender@gmail.com

**DEFENSA DE LA RIERA.** [www.defensarieradecaldes.cat](http://www.defensarieradecaldes.cat)



## ACTIVITATS CECMO

A la llista d'activitats que trobeu a la pàgina següent , de la majoria en teniu més informació en diferents articles d'aquest butlletí, com son les Projeccions a la Fresca, la travessa de juliol, o la ruta dels maquis.

Complementant aquestes activitats, hi tenim també una sortida a la Cerdanya prevista pel 13 de juliol, per anar a la zona del Grau de l'Os, a prop de Riu de Cerdanya. Es tracta d'una circular, no massa llarga, però entretinguda, doncs trobem alguns passos on cal fer servir les mans per superar alguns desnivells, aprofitar algunes escales de ferro que hi ha instal·lades, o ajudar-se d'alguna corda. No és complicada però sí divertida i entretinguda, que afegit amb un desplaçament una mica llarg ( cal passar el túnel del Cadí) la converteixen en una activitat de tot el dia.

I com que tindrem el més d'agost inactiu a nivell de CECMO us avancem que pel primer cap de setmana de setembre ( dissabte 7 o diumenge 8 ) tenim previst alguna activitat, però que en el moment de tancar aquest butlletí encara no estava del tot resolta. Més endavant en rebreu l'oportuna informació pels canals habituals.

Recordeu que els dimarts a la tarda podeu venir a caminar amb el CECMO, recorreguts curts i sense pressa, per conèixer de prop el món de l'excursionisme. Sortides des de la plaça de la Font del Lleó, activitat gratuïta i que no necessita inscripció prèvia.

**I PER L'AGOST, BONES VACANCES I MOLTA MUNTANYA!!!!**



# PROGRAMA D'ACTIVITATS

Us avancem les activitats previstes pels propers dos mesos. És important abans de participar en una activitat conèixer la dificultat i duresa, per valorar si és adient a les vostres aptituds físiques.

**DIVENDRES 28 JUNY :** PROJECCIONS A LA FRESCA. A les 10 del vespre al jardí del TOC. “HASTA DONDE LOS PIES NOS LLEVEN” de Marta Bretó i Tato Rosés. Activitat gratuïta.

**DIUMENGE 30 JUNY:** 2<sup>a</sup> etapa de la ruta dels maquis des de Montgut fins a Santa Pau, d'uns 22 kms . Llicència federativa “A”. Desplaçament amb autocar. Persona de contacte CESC PUIG i RAMON MATA.

**DIVENDRES 5 JULIOL :** PROJECCIONS A LA FRESCA. A les 10 del vespre al jardí del TOC. “LADAKH. GEL EN EL PETIT TIBET” per Rafa Vadillo. Activitat gratuïta.

**DISSABTE 13 DE JULIOL:** Ruta de tot el dia per anar a fer el Grau de l'Os, a Riu de Cerdanya. Desplaçament en vehicles particulars. Cal inscripció prèvia i Llicència federativa “A”. Persona de contacte ANNA BLAS i CESC PUIG.

**DIVENDRES 19 JULIOL :** PROJECCIONS A LA FRESCA. A les 10 del vespre al jardí del TOC. “UN TAST DE DOLOMITES” per Remei Camps i Cesc Puig. Activitat gratuïta.

**DISSABTE / DIUMENGE 27 I 28 JULIOL:** Travessa de final de temporada des del Pont de Salenques / refugi Llauset / Benasc . Desplaçament amb autocar. Llicència federativa “A”. Contacte CECMO.

**DISSABTE /DIUMENGE 7-8 SETEMBRE :** En estudi possible sortida de senderisme, lloc i distància a determinar.

MÉS INFORMACIÓ DE CADA UNA DE LES ACTIVITATS ELS DIJOURS DE 8 A 9 DEL VESPRE AL CENTRE CÍVIC O BÉ ENVIANT UN CORREU ELECTRÒNIC AL CECMO O PER TELÈFON MITJANÇANT LES PERSONES DE CONTACTE.

# LA CONTRAPORTADA



\*\* A la portada hi tenim una foto del Cesc Puig feta a la matinal de Moià, amb la reconfortant imatge d'aigua regalimant pels torrents. A la contraportada hi ha una foto de Joan Soler a les Baumes d'Uja. A l'interior imatges d'arxiu i del Jordi Canut. La redacció i disseny del butlletí ha estat realitzada per en Joan Soler.

\*\* D'aquest butlletí s'han realitzat 150 còpies que s'han distribuït als socis de l'entitat, a la biblioteca de Caldes de Montbui, al Centre Cívic i Cultural, a l'espai del Gat Penjat, als establiments dels col·laboradors i a Centres Excursionistes veïns.

\*\* Podeu optar per rebre aquest butlletí només en format digital, i contribuir a l'estalvi de paper fent la sol·licitud a [info@cecmo.net](mailto:info@cecmo.net)

# ALMACENESi

**ALMACENESi**  
mari

MOBLES, DECORACIÓ,  
CONFORT I DESCANS.

Pi, Lluís Companys, 1  
08140 CALDES DE MONTBUI  
Tel. 93 862 63 73  
Fax: 93 892 70 45  
[www.almacenesmari.com](http://www.almacenesmari.com)  
[almacenesmari@hotmail.com](mailto:almacenesmari@hotmail.com)