

La 2a edició de les Caminades en Silenci se celebrarà diumenge a 22 poblacions gironines

La iniciativa, dins la campanya per la declaració del Dia Internacional del Silenci per part de la UNESCO, es farà cada tres mesos, tot coincidint amb els canvis d'estació



Una de les caminades en silenci que es van celebrar el mes de desembre passat. | @oncolligagi.

Construir silenci per aprendre a viure lluny de les pressions interiors del dia a dia i, alhora, donar suport a la iniciativa per la declaració del Dia Internacional del Silenci per part de la UNESCO. Aquest és el principal objectiu de les Caminades en Silenci, una nova activitat que la Fundació Oncolliga Girona va posar en marxa el mes de desembre passat i que tindrà continuïtat durant tot el 2021, amb convocatòries trimestrals coincidint amb els canvis d'estació.

Aquest cap de setmana, coincidint amb l'equinocci de primavera, se'n celebrarà la segona edició, amb caminades guiades simultànies a 22 poblacions gironines, entre les quals Olot. Els grups de participants a cada caminada seran de, com a màxim, 15 persones, comptant-hi el guia de la caminada, i per inscriure's cal fer un donatiu de 8 euros. Tots els inscrits rebran una ampolla d'aigua i una mascareta commemorativa de la diada.

Les caminades en silenci són una iniciativa de Sylvia Miàs, psicooncòloga d'Oncolliga i una de les impulsores del moviment per a la declaració del Dia Internacional del Silenci per part de la UNESCO des de la plataforma www.internationalsilenceday.org (https://www.oncolligagirona.cat/index.php?option=com_acymailing&ctrl=url&subid=1411&urlid=525&mailid=462) . Per a Miàs, aquestes caminades són una oportunitat per *?allunyar-nos del soroll que hi ha a fora i a dins nostre i donar-nos permís per ser feliços?*.

Les poblacions on es farà aquesta segona edició són: Banyoles, Breda, Bordils, Cadaqués, Campdevànol, Cassà de la Selva, Celrà, L'Escala, Flaçà, Girona, Olot, Palafrugell, Palamós, Parlavà, Platja d'Aro, Porqueres, Peralada, Riells i Viabrea, Sant Hilari Sacalm, Torroella de Montgrí, Vidreres i Vilablaux.

Més informació i inscripcions.

<https://oncolligagirona.cat/activitats-solidaries/caminades-en-silenci/caminades-2021>

(https://oncolligagirona.cat/activitats-solidaries/caminades-en-silenci/caminades-2021?acm=1411_462)