



**RECORREGUT:**

Plaça des Pins - Passeig de Sant Nicolau -  
 Passeig Marítim - Vía Mestre Vives - Camí Vorera  
 dels Molls - Camí de Sa Caleta - Carrer Bisbe  
 Juanó - Plaça Europa - Camí d'es Degollador -  
 Avda. Capità Negrete - Plaça des Pins



**MÉS INFORMACIÓ:**

Sobre la caminada:

Telèfons: 697 992 577 - 662 531 560

Email: [menorca.caminadafa@gmail.com](mailto:menorca.caminadafa@gmail.com)

Sobre la Fibrosi Quística:

Associació Balear de Fibrosi Quística i

Fundació Respiralia

Tel. 971 401 596 - [www.respiralia.org](http://www.respiralia.org)

E-mail: [fundacio@respiralia.org](mailto:fundacio@respiralia.org)

**DONATIUS:**

La Caixa IBAN: ES60 2100 0207 5202 0031 6916

BIC (COD. SWIFT): CAIXESBBXXX

**ORGANITZADORES:**

Mollie-Ann i Becky Borrás amb l'ajuda de la  
 classe d'APS de Calòs



**A BENEFICI DE:**



**COL·LABORADORS:**



**9ª Caminada  
 contra la Fibrosi  
 Quística**

Ciutadella

28 de Setembre 2019

Sortida: Plaça des Pins

a les 10:30h

Sorteig de  
 diversos  
 premis -12:30h  
 Plaça des Pins



## LA 9a CAMINADA CONTRA LA FIBROSI QUÍSTICA

Celebrem ja la 9a Caminada contra la FQ!! Serà el dissabte dia 28 de setembre a Ciutadella. Com sempre, sortirem a les 10.30 hores des de la Plaça des Pins i acabarem a la mateixa plaça, després de realitzar un circuit d'uns 6 km.

Tothom pot participar. No hi ha límit d'edat, fins i tot la seva mascota hi pot participar si vostè vol!

S'hi han d'inscriure abans de fer la caminada i per això lis demanem que arriben una mica abans de les 10:30h i anar directament a la taula d'inscripcions.

Per col·laborar, cada participant haurà de cercar una o varies persones que li patrocinin. També hi ha la possibilitat de patrocinar-se a un mateix.

Els patrocinis seran a partir de 1,00 € per km recorregut o bé una quantitat fixa. Aquesta quantitat es podrà lliurar al participant perquè aquest la faci arribar el dia de la caminada a l'hora de d'inscriure o bé es podrà ingressar directament en el nombre de compte IBAN: ES60 2100 5202 0031 6916 que la Fundació té a La Caixa, posant el nom i DNI de la persona que fa l'ingrés (molt important) i el concepte "Donatiu Caminada"



## ELS FONS QUE ES RECULLEN

Els donatius que es recullin seran donats a la Fundació Respiralia i a l'Associació Balear de FQ per ajudar als fillets i joves amb aquesta malaltia a les Illes amb sessions de fisioteràpia respiratòria, atenció psicosocial i altres serveis tan importants per a aquests joves.

## LA FIBROSI QUÍSTICA

La FQ és una malaltia genètica, degenerativa i crònica que afecta els pulmons, al sistema digestiu i al reproductor principalment. Es té des del naixement. No és contagiosa, pel que no hi ha cap perill per a qui no la tingui. Actualment no té cura, però fent que la gent prengui consciència que hi ha la malaltia podem ajudar als quals la tenen a millorar la seva qualitat de vida. Segons els estudis, a Balears 1 de cada 35-40 persones són portadores sanes del gen i es necessiten 2 persones portadores perquè un nadó neixi amb FQ. Segons aquests estudis, hauria d'haver-hi unes 85-90 persones amb la malaltia a les illes, encara que només tenim coneixement de 65 casos diagnosticats. Els principals símptomes d'aquesta malaltia són presentació amb ili meconial en el naixement, dolors abdominals, tos seca i repetitiva, infeccions respiratòries freqüents i suor molt salat. Per a més informació: [www.respiralia.org](http://www.respiralia.org)



## LES ORGANITZADORES FIBROSI QUÍSTICA

Som les germanes Borràs, Mollie-Ann, jove de 20 anys amb FQ i Becky. Celebrem ja la 9a Caminada contra la Fibrosi Quística de Ciutadella. Qui ens ho havia de dir! Serà el proper dissabte dia 28 de setembre. Cada any ens sorprèn més i més la generositat de la gent de Ciutadella, som un poble solidari i generós. Estem molt il·lusionades de poder organitzar la caminada un any més.

Moltíssimes gràcies a tots: patrocinadors, a la nostra família i amics, i a totes les famílies de la Fundació Respiralia a Menorca i a la mateixa Fundació. Sense tots vosaltres no hauríem arribat fins aquí. Novament us demanem la vostra col·laboració perquè aquesta edició torni a ser un èxit. La Caminada per a nosaltres sempre ha estat, i sempre serà una motivació per ajudar a millorar la qualitat de vida de les persones que tenen FQ. Hem tingut una gran ajuda de la classe d'APS de Calòs del curs 2018-2019, són molt solidaris els seus alumnes. Ens van ajudar l'any passat i ens tornen a ajudar aquest any. Moltíssimes gràcies a tots!

Un any més els convidem a caminar amb nosaltres!

