

Un sistema de càmeres
regula l'accés de vehicles
al centre històric P8

L'alcalde Isidre Pineda
fa balanç a la meitat
de la legislatura P5

La web caldescultura.cat vol
convertir-se en el punt de
trobada del sector cultural P9

TOT Caldes

de Montbui



Núm. 1647
Del 4 al 10 de juny
de 2021

Distribució gratuïta
Any XXXV

amic



Retrobament calderí a l'aplec Caldes is Hell, les cançons de taverna sobre el nostre poble de Ramon Solé i la seva banda

Tel. 93 865 38 80

Torres i Sayol, 27 -1r -1a
08140 Caldes de Montbui
caldes@clinicamoraless.net
www.clinicamoraless.net

ClínicaDental

Dr. David Morales | Dra. Eva Morales | Dra. Mònica Morales

Cirurgia oral

Implants | Pròtesis

Ortodòncia infantil i adults

Emblanquiment dental

Radiologia digital



Dijous 3 de juny

Mirador de l'Elisabeth Eidenbenz (Barri Puigdomí)

19h Inauguració del Mirador de l'Elisabeth Eidenbenz. situat al final del carrer de Sant Jordi.

Dissabte 5 de juny

Casino de Caldes

19h Concert de Luís Robisco.

Preu: 10 euros. Venda d'entrades a: www.caldescultura.cat. Org. Regidoria de Cultura de l'Ajuntament de Caldes.

Dissabte 5 d juny

XXI Mostra floral i catifes Corpus

Mostra Floral al casc antic. A les Termes Romanes: exposició de roses i l'ou com balla. Exposició de quadres i escultures d'artistes calderins a les botigues de Pi i Margall, Montserrat, Asense Vega, plaça de l'Església, carrer Forn, plaça de la Font del Lleó i carrer Vic.

A les **9h** inici de les catifes d'adults a la plaça de la Font del Lleó.

10h inici catifa infantil.

18h Inauguració de la Mostra Floral i passada per les catifes i inauguració de

l'exposició de fotografies a l'Espai d'Art Casino "25 anys de catifes a Caldes".

Diumenge 6 de juny

11.30h Celebració de l'ofici de l'Eucaristia. A les 18h Desfeta de les catifes i actuació de la colla de Geganters i Bastoners de Caldes.

Fins el 6 de juny

Sala Delger

Exposició de les obres dels alumnes joves del Taller d'Ar Municipal Manolo Hugué.

Diumenge 6 de juny

Sala Noble de Can Rius

12h Concert "Oh! Wait!!" Òpera amb Flaustaff.

Entrada gratuïta a www.caldescultura.cat

Dimarts 8 de juny

Sala Noble de Can Rius

20h Xerrada amb Vicent Partal "La remuntada dels independentistes. Cap on anem?". Org. Entitats independentistes de Caldes de Montbui.

Dimarts 8 de juny

Aparcament c/ Escoles Pies

De 8 a 13h Deixalleria mòbil.

S'hi pot portar oli vegetal o mineral, tòners, medicaments, aerosols, pintures, vernissos, piles i bateries, fluorescents, bombetes, roba, petits electrodomèstics, vidre, CD's, videos... Es recomana no utilitzar la deixalleria mòbil per portar-hi els residus que es poden recollir en els contenidors de carrer, vidre d'envasos, envasos de plàstic, llaunes, bricks, i paper i cartró. Tampoc per la recollida de mobles, ja que l'espai és limitat i aquests es poden recollir amb el servei de recollida de mobles, trucant a l'Ajuntament o bé portant-los directament a la deixalleria del carrer del Priorat.

Cada dimecres

Plaça Catalunya

12h

Trobada d'avis i àvies per l'alliberament dels i les preses polítiques.

Org. CDR- Caldes de Montbui i Caldes Grogas.

FOTOGRAFIA POCH
vic, 20 caldes de montbui 93 865 05 75
info@fotopoch.cat www.fotopoch.cat
f FotografiaPoch

Electra Comercial està especialitzada en el disseny, construcció i gestió d'instal·lacions que permetin un aprofitament òptim de l'energia.
Electracomercial.com

l'electra comercial
900 181 776
Truca'ns!

TOT Caldes de Montbui

Edició i direcció:
Jonatan del Amo Banyuls

Telèfon: 93 865 17 21
totcaldes@revistatotcaldes.com
www.revistatotcaldes.com

Distribució:
Caldes de Montbui i rodalies
D. Legal: B-7110-1986

TOT Caldes, en cap cas, no respon del contingut dels articles i missatges comercials de l'edició. Solament els seus autors en són responsables, i per això, s'han d'enviar signats, amb DNI i Telèfon. Resta prohibit reproduir total o parcialment els articles i/o els anuncis d'aquesta publicació.
No s'admeten articles sota pseudònims.

Ajuntament	93 865 56 56	Jutjat de Pau	93 865 00 81
Ambulàncies	902 23 20 22	Mossos d'Esquadra	112
Bombers Generalitat	012	Oficina de Turisme	93 865 41 40
Bombers voluntaris	93 865 41 41	Polícia Local	93 865 41 41
Biblioteca municipal	93 862 67 56	Parròquia Santa Maria	93 865 00 82
CEIP El Farell	93 865 03 73	Sanitat respon 24h	902 11 14 44
CEIP Montbui	93 865 08 33	Serv. funeraris Torra 24h	93 727 74 00
CEIP El Calderí	93 866 52 27	Serv. funeraris Caldes-Torra	93 865 41 45
Esc. adults Roure Gros	93 115 10 66	Serv. funeraris Sta Susanna	657 85 13 47
Centre de Salut	93 865 44 55	Servei d'Aigües	93 865 48 47
Creu Roja	93 865 10 01	Taller d'Art	93 865 49 77
Correus	93 865 02 49	Urgències Mèdiques	061
Deixalleria	93 744 21 21	Víctimes maltractament	016
Electra Caldense	93 865 01 33	TOT CALDES	93 865 17 21
Enher (avaries)	900 77 00 77		
Escola Bressol Gegant Pi	93 865 20 02		
Escola Bressol La LLuna	93 862 75 96		
Escola Mpal. Música	93 865 49 77		
Església Evangèlica	93 865 12 26		
Gas Natural Urg.	900 75 07 50		
Hospital de Granollers	93 842 50 00		
Hospital de Mollet	93 576 03 00		
El Toc Punt Informació	93 865 46 55		
IES Manolo Hugué	93 865 37 62		
Institut Pic del Vent	93 862 77 26		

L'aplec Caldes is Hell recapta 2.200 euros per a la secció local de Creu Roja

El passat diumenge 30 de maig, el Parc de can Rius va ser l'escenari de l'aplec Caldes is Hell, el concert de cançons de taverna sobre Caldes de Montbui que el músic local Ramon Solé i la seva banda ofereixen tradicionalment al Cafè del Centre.

Enguany, per tal de complir totes les mesures de seguretat imposades per la pandèmia, l'edició s'ha fet a l'exterior, on més de 270 persones agrupades per bombolles de convivència i distància de seguretat, han pogut corejar el repertori de cançons sobre Caldes.

Les entrades es van poder comprar anticipadament a través de la web de Caldescultura.cat, amb la novetat que tota la recaptació d'aquest any, un total de 2.200 euros, s'ha lliurat a l'Assemblea de la Creu Roja de Caldes de Montbui, Palau-solità i Plegamans i Sant Feliu de Codines, que està tenint un paper molt important en la lluita contra la pandèmia en aquestes poblacions. Membres d'aquesta associació van col·laborar amb l'Ateneu el Centre, impulsor de l'acte, en el muntatge i organització.

Un dia de retrobament calderí on es van poder cantar les cançons de taverna del disc "Aquest collons de poble i altres cançons sobre Caldes de Montbui" de Ramon Solé.





**INAUGURACIÓ
DEL MIRADOR DE
L'ELISABETH
EIDENBENZ**
3 de juny a les 19.00 h

L'Elisabeth Eidenbenz va ser la fundadora de la maternitat d'Elna, una institució humanitària fundada el mes de novembre de 1939. A la maternitat hi van néixer 597 infants de mares exiliades provinents dels camps de refugiats propers a Elna la comarca del Rosselló, a la Catalunya Nord.



Lloc:
Mirador de l'Elisabeth Eidenbenz
(final del Carrer de Sant Jordi)

Ajuntament de Caldes de Montbui

MAGATZEM DEL MATALÀS

tot per el seu descans

Av. Prat de la Riba, 162 · 669 009 033 · Bigues i Riells

Somiers articulats
Somiers
Canapés
Matalassos
Capçaleres
Coixins



J. Millán
Botiga nº 2

NOVA BOTIGA A BIGUES I RIELLS

L'alcalde Isidre Pineda fa balanç a la meitat de la legislatura

El passat 26 de maig, l'alcalde Isidre Pineda, acompanyat per tot l'equip de govern, l'eurodiputat calderí Jordi Solé i diversos ciutadans, va fer un balanç de la legislatura aprofitant que s'ha arribat a la meitat del mandat.

Amb el títol de "Ser valents en temps difícils", Pineda va desgranar a la plaça Neus Català tot el que ha fet el govern calderí i el que encara queda per fer durant els propers dos anys.

Malgrat l'excepcionalitat d'una pandèmia no esperada, es va voler remarcar que gràcies a la majoria republicana obtinguda a les darreres eleccions municipals i a un esforç incansable de l'administració local, s'ha pogut sortir d'una situació molt difícil.

El desbloqueig després de 15 anys i la signatura del conveni per a la construcció de l'institut escola Calderí-Pic del Vent, és una de les obres més importants d'aquesta legislatura. També l'ampliació de les Cases dels Mestres per fer el casal de la gent gran, millorant així el nivell d'activitat dels avis i àvies és un altre dels projectes importants que Pineda va voler comentar.

L'alcalde va dir que estan decidits a ampliar el parc d'habitatge públic, amb els projectes de la reconversió de la sala polivalent, el d'habitatge jove i el projecte cooperatiu al polígon la Salut. També apostar per la revitalització del centre històric, amb l'equipament municipal de l'escola del Carme al capdavant, juntament amb la reforma i millora de la plaça Catalunya i el seu entorn.

Altres projectes com el pas soterrat de la C-59 a l'alçada del cementiri, la millora del camí a Castellvell, la nova nau de la cultura ubicada al carrer Girona, la construcció d'una nova prefectura de policia local o la millora d'alguns equipaments esportius són algunes de les propostes que es realitzaran aquesta legislatura. JDB



CRISTALLERIES CALDES, S.A.
FUSTERIA PVC I ALUMINI

* Mampares bany * Vidres * Llunes * Vidrieres artístiques

- Tot tipus de Mallorquines en alumini i Mosquiteres -

c/ Sant Ramon, 63 - Tel. 93 865 13 55 - Caldes de Montbui



91 equips completen el repte de l'OnCodines Trail i recapten gairebé 100.000 euros

La primera edició l'OnCodines Trail, organitzada pel Club Atlètic Sant Feliu i el Centre Excursionista Sant Feliu, ha estat una autèntica festa de l'esport i la solidaritat contra el càncer amb la participació de 92 equips i més de 250 voluntaris.

L'OnCodines ha estat un esdeveniment segur ja que els 565 participants, els voluntaris i tota l'organització s'ha fet tests d'antígens (tots amb resultat negatiu) i s'han respectat totes les mesures sanitàries establertes pel protocol Covid de la prova, validat per la FEEC i supervisat per la Secretaria General de l'Esport de la Generalitat de Catalunya.

El repte ha transcorregut sense incidències destacables al llarg de 14 hores i mitja en onze municipis del Vallès Oriental i el Moianès en tres recorreguts diferenciats però tots amb sortida i arribada a Sant Feliu de Codines: l'L de 72 quilòmetres, l'M de 55 i l'S de 43. Dels 92 equips que han passat per l'arc de sortida, 91 han assolit completar els recorreguts.

L'equip més ràpid del recorregut L ha estat On-Co-Off Team, amb 9 hores 46 minuts. El primer a arribar del recorregut M ha estat Run Forest Run amb un temps de 9 hores i 65 minuts; els Sibarites, han estat els primers de l'S amb 8 hores 43 minuts.

L'esforç de tots els participants durant el recorregut, en un dia del tot calorós, ha fet que cada una de les arribades fos emotiva i tota una festa: des de la primera a les 16 hores fins l'última a les 21.07 hores.

Els equips tenien un doble objectiu, completar el recorregut, i recaptar un mínim de 600 euros per equip que es destinen íntegrament a la Fundació Oncovallès i a la Barcelona Brain Health Initiative (BBHI) de l'Institut Guttmann. Aquest dissabte, el marcadore de donatius estava a 99.595 euros recaptats però durant aquesta setmana es mantindrà obert per intentar superar els 100.000 euros.



Laia Guardia

Anem al Casino

Dissabte 5 de juny – Casino de Caldes

19h Concert de Luís Robisco.

Preu: 10 euros. Venda d'entrades a: www.caldescultura.cat. Org. Regidoria de Cultura de l'Ajuntament de Caldes.

Dissabte 5 de juny – Espai d'Art Casino

18h Inauguració de la Mostra Floral i pasada per les catifes i inauguració de l'exposició de fotografies a l'Espai d'Art Casino "25 anys de catifes a Caldes".

Dies 6 i 12 de juny – Casino

De 12 a 14h Diada de portes obertes.

Diumenge 13 de juny – Davant Casino

12.39h Cicle Joves Músics, Grans Concerts. Concert-vermut amb **Marta Shanti**, al carrer del Forn, davant del Casino. Entrada amb vermut: 10 euros.



Salut inicia la vacunació amb segones dosis dels col·lectius essencials

Salut començarà l'administració de les segones dosis dels col·lectius essencials. Tots els menors de 60 anys que han rebut la primera dosi de la vacuna d'AstraZeneca ja poden demanar cita mitjançant la web vacunacovid.catsalut.gencat.cat.

Actualment hi ha habilitats a Catalunya 63 centres de vacunació poblacional, dels quals 25 s'encarregaran de posar la segona dosi de la vacuna als col·lectius essencials. L'oferta de vacunació per aquestes persones en aquests punts de vacunació serà la disponible segons el nombre de vacunes anunciades la setmana passada que han d'arribar a Catalunya.

Per defecte, la persona que s'apropi al punt el dia i hora de la cita se la vacunarà amb Pfizer. En cas que vulgui posar-se AstraZeneca ho haurà de manifestar al mateix punt de vacunació i haurà de presentar signat un consentiment informat que es pot descarregar a <https://canalsalut.gencat.cat/ca/inici/o> que es

trobarà en paper al mateix centre de vacunació el dia de la cita. Aquests consentiments es custodiaran al centre de vacunació i es recolliran per tenir-los centralitzats.

A Catalunya hi ha 240.042 persones menors de 60 anys que han rebut una dosi de la vacuna d'AstraZeneca i estan pendents de rebre la segona.



Comencen les obres de reforma del pavelló Torre Roja

Aquest dimarts han començat els treballs de reforma i millora del pavelló Torre Roja. Per tal de no interferir en la temporada esportiva de l'hoquei, les obres es realitzaran durant l'estiu i és previst que finalitzin el 15 d'agost.

Les obres consisteixen en la renovació del paviment de la pista, la millora dels vestidors i renovació de la coberta per millorar-ne l'aïllament i permetre més entrada de llum natural. Tanmateix, s'instal·laran plaques fotovoltaiques a la coberta per a la generació d'energia elèctrica pel consum municipal. El preu de les obres, que aniran a càrrec de l'empresa Construccions Deumal SA, és de 379.000 euros.

Afectacions a la mobilitat

Mentre durin els treballs, tot el recinte de Torre Roja estarà tallat per les obres i no es podrà accedir ni a peu ni en cotxe ni al pavelló ni a la zona de terra que hi ha al costat. També estarà tallada al pas la passarel·la que connecta a peu el pavelló de Torre Roja amb la zona esportiva de Les Cremades.

Exposició de les obres dels alumnes joves del Taller d'Art Municipal

La Sala Delger (c/ del Forn,8) acollirà els dies 28, 29 i 30 de maig i 4, 5 i 6 de juny, l'exposició «Intermitències creatives» on es podran veure les obres dels alumnes joves del Taller d'Art Municipal Manolo Hugué.

La mostra es podrà visitar els dies 28, 29 i 30 de maig i 4, 5, i 6 de juny i estarà oberta en els següents horaris:

- Divendres: de 18 h a 20 h
- Dissabtes: de 11'30 a 13'30 h i de 18 a 20 h.
- Diumenges: d'11,30 h a 13,30



Un sistema de càmeres regula l'accés de vehicles al centre històric a partir de juny

L'Ajuntament ha instal·lat càmeres a les entrades del carrer de Bellit, del carrer del Forn i de carrer del Pont per tal de garantir un sistema de control sobre l'ús inadequat d'aquestes vies, que són d'ús exclusiu de vianants i serveis. En una segona fase, un cop feta la reurbanització del Raval del Remei, el mateix sistema s'activarà en aquest carrer.



Les càmeres substitueixen el sistema de pilones, que ha resultat ineficaç, i pretenen minimitzar el volum de trànsit diari. Actualment, i malgrat viure un moment de baixa activitat general provocada per la pandèmia, pel centre històric es comptabilitzen més de 5.100 passades de vehicles setmanals.

Al centre històric està regulat, des dels anys 90, l'ús prioritari de vianants amb accés a vehicles de persones residents i de serveis. Aquesta iniciativa es va prendre per preservar el barri que acull la major concentració d'elements patrimonials del municipi. Ara, s'actualitza el mecanisme de control i les pilones són substituïdes per un sistema de vídeo vigilància que permet als residents autoritzar quins vehicles poden entrar.

Sancions: a partir de la tardor i només per infraccions reiterades

El nou sistema entra en període de proves aquest juny i al setembre es farà una primera valoració del seu funcionament, tenint en compte les opinions i consultes que el veïnat faci arribar a l'Ajuntament.



A partir del setembre s'anunciarà en quin moment es comença a sancionar aquells vehicles no autoritzats que passin pels carrers d'ús de vianants del centre històric de manera reiterada. Les infraccions ocasional no seran sancionades, atès que el sistema té com a única voluntat frenar els usos abusius de trànsit rodat al barri.

Residents i establiments del barri gestionaran l'accés de vehicles

L'Ajuntament té per objectiu pacificar l'espai sense perjudicar les rutines, hàbits i necessitats del veïnat i el sector comercial i de serveis del centre històric. Per aquest motiu, les persones i activitats residents disposen d'un sistema que els permet donar d'alta els vehicles que han d'entrar al barri de manera reiterada. També permet informar a posteriori sobre matrícules que han hagut d'accedir per atendre necessitats relacionades amb la seva vida al centre històric.

Regulació i senyalització

Cal tenir en compte que al centre històric:

- És prohibit el pas excepte per al veïnat i per càrrega i descàrrega de mercaderies i serveis.
- És prohibit estacionar excepte zones habilitades
- La velocitat màxima és de 10 km/h
- A partir de l'1 de juny, passa a ser una zona controlada per càmeres.

Xerrada amb V. Partal

La remuntada dels independentistes. Cap on anem?



**Dimarts 8 de juny
A les 8 del vespre.
Sala noble de Can Rius**

Organitzen: Entitats independentistes de Caldes de Montbui



La nova web Caldescultura.cat vol convertir-se en el punt de trobada i difusió de tot el sector cultural del municipi

Caldes Cultura estrena una nova web **www.caldescultura.cat** amb l'objectiu de concentrar en un únic espai tota la informació relacionada amb l'activitat cultural del municipi. El nou portal s'ha redissenyat amb la intenció de convertir-lo en un espai de difusió i de trobada de tot el sector cultural de Caldes de Montbui.

Una agenda cultural unificada

Una de les novetats principals és la creació d'una agenda cultural que aglutinarà totes les activitats culturals del municipi. Una eina que ha de servir per donar suport a les entitats culturals i que ha de servir de plataforma de difusió de totes les iniciatives culturals que es duuguin a terme dins del terme municipal. El fet de disposar d'aquesta agenda cultural unificada, ha de permetre millorar la coordinació de totes les entitats alhora de confeccionar la programació cultural de Caldes de Montbui.

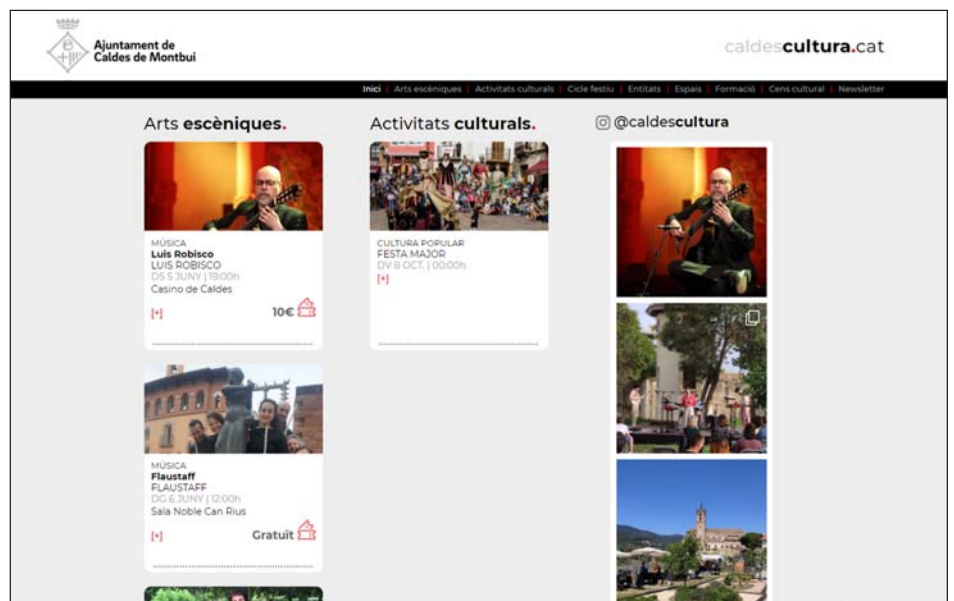
Aquesta agenda es converteix en la protagonista d'aquesta nova web ja que és la porta d'entrada al portal i a la resta de continguts. També, des d'aquesta agenda es podran adquirir fàcilment les entrades d'aquells espectacles o activitats culturals que ho requereixin.

Tota la informació del teixit cultural, més enllà de les activitats en sí

El nou web de Caldes Cultura va més enllà de ser una agenda i neix amb la vocació de ser l'espai on poder trobar qualsevol tipus d'informació relacionada, d'una manera o altra, amb la vida cultural del municipi.

Per això, aglutinarà també els continguts sobre la formació artística que hi ha disponible a tota la localitat, en especial, la del taller d'art i l'escola de música.

A banda d'això, també té la voluntat de convertir-se en una via de suport a la creació local i al conjunt de professionals del sector de la cultura. Per això, un altre dels continguts que hi haurà disponible serà el del Cens Cultural municipal. A més, també es podrà accedir al llistat complet de les entitats culturals que hi ha a caldes de Montbui. De la mateixa manera, el nou web també donarà més visibilitat a la xarxa d'equipaments culturals que hi ha en funcionament a la localitat.



Elna Frances Marín queda en segona posició de patinatge artístic

La calderina Elna Frances Marín els passats dies 22 i 23 de maig va participar a Caldes d'Estrach al Campionat de Barcelona de patinatge artístic en categoria juvenil.

Elna Frances va aconseguir la segona posició, classificant-se així pel Campionat de Catalunya que es celebrarà de l'11 al 13 de juny a Cambrils.



L'autocura



Després de molts mesos sense escriure res, per fi trobo l'estona per seure davant de l'ordinador. I és que aquest inici de 2021 ha estat de bojos: vaig començar l'any embarassada i donava a llum finalment el 4 de març. Allà tot es va revolucionar: les hormones, els rols i el temps. La feina i les demandes no es multiplicaven per dos (que no us enganyin!), sinó que es quadruplicaven o més.

Ha estat un inici de bimaternitat dur, no us ho negaré, però ara que ja fa dos mesos, sembla que les peces van encaixant en el trencaclosques que li diuen maternitat/paternitat.

I una de les peces que tenia la necessitat que entrés aviat era el de l'autocura. La maternitat/paternitat (que quedi clar que aquí també hi entren els homes) fa que et canviï la teva escala de valors. Evidentment, ara el més important són aquestes personetes que depenen de tu, que et necessiten, a qui estimes per sobre de tot. Però, i no m'agradaria que se'm titllés d'egoista, no és l'únic important a la nostra vida. El més important, potser sí. L'únic important, segur que no. Nosaltres som molt importants, el nostre benestar és molt important, l'estar bé nosaltres és primordial, perquè si nosaltres no estem bé, ells no estaran bé.

Jo soc psicòloga sanitària i, en procés de psicologia esportiva, soc parella, soc mare, soc filla, soc germana, soc tieta, soc corredora, soc amiga... però també soc la Vanessa, com a ésser individual. Soc la Vanessa, dona, de 41 anys, a qui li agrada cuidar-se i tenir moments per ella. I no, no em considero egoista, perquè a casa nostra, si jo guanyo (en salut), guanyem tots.

Per aquest motiu, intento rascar-li al dia uns minuts per mi. A vegades és més temps, o a vegades és poquet, depèn del dia i de com es donin les diferents situacions (ara amb una bebè de 2 mesos no puc ni planificar ni anticipar gaire). Però sí que intento tenir aquells

moments d'autocura, física, mental i emocional.

A mi m'agrada fer esport, molt. M'agrada calçar-me les "vambes" i sortir a entrenar. És el meu moment de desconexió total. Allà no penso en res, només en mi. Bé, a vegades penso en què farem per sopar o en alguna cosa que hagi de fer a la feina o en si haig de marcar la roba per l'escola bressol del meu fill o cosir-li els pantalons que se li han trencat al pati... però la perspectiva és totalment diferent. Em col·loco la



música, la roba d'esport, les sabatilles, i corro. I ja està, no necessito res més. I torno a casa com nova. Em sento malament i culpable? Ara no! No em considero malament per tenir una estona de cura personal. No deixo als meus fills descuidats ni desatesos. Tenen totes les necessitats físiques i emocionals cobertes, i no els estimaré menys per dedicar-me a estimar-me a mi 60 minuts al dia (si és que arriba!).

A vegades, moltes vegades, quan ens convertim en mares/pares ens oblidem de nosaltres mateixos. I malauradament, és un error que quasi tots cometem. No busco renyar a ningú, tot quedi dit, només vull fer una petita reflexió per tal d'abordar un tema que socialment encara no està gaire ben treballat. A mi m'agradaria que la gent pogués ser conscient d'aquesta importància

personal, i tot al contrari, encara hi ha molta gent que et fa sentir malament per dedicar-te a tu. Hi ha moltes persones que se senten culpables per no estar 24 hores amb els seus fills, que no es cuiden pel que diran, o que no estan per elles, simplement, perquè mai ho han estat. I ni estan per elles, ni "permeten" que els altres ho estiguin.

L'autocura és important, i com bé he dit, no només es tracta de fer exercici. Salut és una paraula immensa que abarca moltes àrees: fer exercici, menjar de

manera equilibrada, descansar i dormir el suficient, pensar bé (no deixar de pensar, sinó pensar de manera racional), fer una bona gestió de les emocions, donar-li a les coses la importància justa, ocupar-se i no (pre)ocupar-se, tenir una vida activa (no només fer exercici), fer coses que t'agraden, tenir estones per tu, tenir desitjos, tenir somnis, rodejar-te de persones que et donen ales i no àncores, ser millor persona i fer tot allò que et fa sentir viu.

Així que no, l'autocura no és egoisme, és inversió personal, familiar i de vida! (el quan fer-ho, ja és un altre tema... així que sobre conciliació, parlem al següent escrit!).

Vanessa Olmos
Psicòloga



L'Ajuntament informa

Servei de Salut per a joves. Properes cites: 10 de juny i 1 de juliol, de 17 h a 20 h

Feu les consultes, a l'Espai Jove El Toc, per T. 93 865 46 55- 674 32 35 78, per Instagram -@eltoc- o per A/e. eltoc@caldesdemontbui.cat.

Matriculació de l'Escola Taller d'Art Municipal Manolo Hugué. Curs 2021/2022

El període de matrícula del Taller d'Art per a alumnes de l'escola és de l'1 a l'11 de juny i per a nous alumnes del 14 de juny al 15 de juliol al web de l'escola o presencialment amb cita prèvia.

- De forma telemàtica. Cal omplir els fulls de matrícula i documents adjunts que trobareu a:

<http://www.tallerdartmanolohugue.cat> i enviar-los per correu electrònic a tallerdart@caldesdemontbui.cat

- De forma presencial a la Secretaria del Centre Cívic i Cultural de Caldes. Demaneu cita prèvia trucant al número de telèfon 647 573 207 o bé enviant un correu electrònic a:

tallerdart@caldesdemontbui.cat.

Horari: de dilluns a dijous de 17.30 h a 20 h

Matriculació de l'Escola Municipal de Música Joan Valls. Curs 2021/2022

El període de matrícula de l'EMM Joan Valls per a nous alumnes és de l'1 al 30 de juny (10% de bonificació fins el 30 de juny) al web de l'escola o presencialment amb cita prèvia: 647573207

Concert Oh! Wait!! Òpera amb Flaustaff a càrrec del grup Flaustaff

El dia 6 de juny, a les 12 hores, tindrà lloc a la Sala Noble de l'Espai de Can Rius el concert Oh! Wait!! Òpera amb Flaustaff, a càrrec del grup Flaustaff. L'accés al concert és gratuït però cal reservar entrada per qüestions d'aforament de la sala. Podeu fer-ho a través del següent enllaç <https://www.entrapolis.com/entradas/flaustaff#> i podeu consultar la programació cultural de Caldes de Montbui a caldescultura.cat

Convocatòria de subvencions 2021 per a entitats locals

Les entitats locals poden presentar les sol·licituds per a la concessió de subvencions per l'any 2021 en l'àmbit cultural, esportiu, juvenil, educatiu i de participació ciutadana. Termini de presentació: del 3 de juny al 15 de juliol. Consulteu l'apartat de tràmits de la pàgina web de l'Ajuntament.

Exposició de les obres dels alumnes joves del Taller d'Art Municipal el 4, 5 i 6 de juny

La Sala Delger (c/ del Forn,8) acollirà els dies 4, 5 i 6 de juny, l'exposició «Intermitències creatives» on es podran veure les obres dels alumnes joves del Taller d'Art Municipal Manolo Hugué. La mostra estarà oberta en els següents horaris:

- Divendres: de 18 h a 20 h
- Dissabtes: de 11'30 a 13'30 h i de 18 a 20 h.
- Diumenges: d'11,30 h a 13,30

Llista d'ofertes de feina actualitzades el: 28/05/2021

Núm.	Oferta
308759	CAIXERA-REPOSADORA (TARDES)
308494	ESTETICISTA
308426	AJUDANT DE MANTENIMENT
308343	PERSONA PER SERVEI DOMÈSTIC (AMB CARNET B)
308234	CAMBRE/AICUINER/A
307962	AUXILIAR DE MANTENIMENT (SUPLÈNCIA)
307814	URGEX CONDUCTOR DE CAMIÓ DE MOVIMENT DE TERRES (CAP VIGENT)
307566	ATENCIÓ SOCIO SANITÀRIA
307455	PROFESSOR/A ALEMANY (AUTÒNOM)
307357	TREBALL EN REFORMES (PINTURA, MANOBRE, FUSTERIA I ELECTRICITAT)
307089	MAÏTRE (CAPS DE SETMANA)
307079	MAÏTRE
307045	SUPORT ADMINISTRATIU (DIV. DEPARTAMENTS)
306781	FARMACÈUTIC/A
306779	AUXILIAR DE FARMÀCIA
306460	DEPENDENT/A BOTIGA

Podeu consultar i inscriure-us a les ofertes actualitzades al web: www.caldesdemontbui.cat.

Amb motiu de la situació d'excepcionalitat motivada pel COVID-19, els serveis de la Piqueta funcionen amb cita prèvia (Tel. Atenció directa 93 862 70 25). Per via telemàtica, no dubteu a contactar-nos a través dels correus electrònics següents:

- borsatreball@caldesdemontbui.cat
- clubfeina@caldesdemontbui.cat
- clubfeina16@caldesdemontbui.cat
- pfo@caldesdemontbui.cat

Des del Servei d'Ocupació es recorda que és molt important revisar periòdicament les ofertes penjades al web:

www.caldesdemontbui.cat, per tal de no perdre l'oportunitat de formar part dels processos de selecció que siguin d'interès per a les persones que cerquen ocupació.

Convocatòria d'ajuts per a esportistes individuals locals (temporada 2021-2022)

El període per presentar les sol·licituds per a la concessió d'ajuts per a esportistes locals (temporada 2021-2022), comença el 18 de maig i finalitza el 8 de juny. Presenteu-les telemàticament o a l'OAC amb cita prèvia. Consulteu les bases a www.caldesdemontbui.cat



Dia Internacional dels ARXIUS 9 de juny de 2021

VISITES A L'ARXIU HISTÒRIC

Dimecres 9 de juny a les 10.30 h
Dijous 10 de juny a les 17.30 h
Lloc: Arxiu Històric Municipal.
Edifici de la Biblioteca Municipal

XERRADA "LA MATERNITAT D'ELNA"

a càrrec de l'Assumpta Montellà i Carlos, Historiadora
Divendres 11 de juny a les 18.00 h
Lloc: Vestíbul de la Biblioteca Municipal



Cal sol·licitar la inscripció a les activitats a arxiu@caldesdemontbui.cat o al telèfon 627 026 694





www.caldesdemontbui.cat

facebook.com/ajuntamentcaldesdemontbui

[@AjCaldesMontbui](https://twitter.com/AjCaldesMontbui)

[ajcaldesdemontbui](https://www.instagram.com/ajcaldesdemontbui)



Ajuntament de
Caldes de Montbui



FARMÀCIES

Tarruell

c/ Sant Ramon, 7 – Tel. 93 865 09 97

R.T. Maynou

Av. Pi i Margall, 36 – Tel. 93 865 41 46

La Font del Lleó

c/ Forn, 5-7 – Tel. 93 865 00 97

Ruano

c/ Sabadell, 45 – Tel. 93 865 05 66

Huber

c/ Folch i Torres, 4 – Tel. 93 865 26 45

La Rotonda

Pl. Lluís Companys, 4

Tel. 93 865 58 98

Neus

c/ Santa Teresa, 8 – Tel. 93 862 21 93

L'Ametller

Av. Pi i Margall, 183

Tel. 93 865 49 96

Farmàcies de guàrdia a la nit:

(de 22h a 00.30h) trucar a la Policia Local (93 865 41 41).

A partir de les 00.30h:

Farmàcia Viñamata de Granollers, c/ Museu, 20.



CLINICA DENTAL

Enric Vidal i Regard

1a VISITA GRATUÏTA

ODONTOLOGIA GENERAL - CIRURGIA
ESTÈTICA DENTAL - IMPLANTOLOGIA

c/ Montserrat, 21 - 1er 2a

Tel. 93 865 25 18 - Caldes de Montbui

CENTRE PODOLÒGIC CALDES

calpodolog.cat



Pl. de l'Àngel 2, 2on 2a

També servei a domicili

Tel. 93 865 21 46

Mòbil: 610 039 474

Dr. C. SURRIBAS

METGE PSIQUIATRE

HORES CONVINQUDES

www.psiquiatriacaldesdemontbui.com

c/ Forn, 23 2n pis - CALDES

Tel. 93 865 44 86



ALONSO CLÍNICA

Centre d'odontologia avançada

ODONTOLOGIA INTEGRAL

Avda. Josep Fontcuberta, 104 Baixos
Caldes de Montbui - Tel. 93 862 75 70

www.clinicaalonso.com - info@clinicaalonso.com

Donacions de sang: requisits i prohibicions

La sang és un compost biològic que desgraciadament no pot fabricar-se en un laboratori, per la qual cosa la donació és l'únic sistema que hi ha avui dia per aconseguir-la i conservar-la als hospitals per a quan sigui necessari. Donar sang és un gest altruista que pot salvar la vida de moltes persones. En qualsevol moment podem requerir una transfusió, per la qual cosa és important ser conscients de la importància que té i col·laborar en la mesura en què ens sigui possible. Per a donar no obstant això, existeixen una sèrie de requisits:

- **Tenir entre 18 i 65 anys.** Excepcionalment, quan s'anés ja donant habitual i sempre baix prescripció mèdica, els majors de 65 podran donar.

- **Pesar entre 50 i 160 quilos.**

- **No haver donat sang en els últims seixanta dies** (hi ha límits també anuals de 4 donacions en el cas dels homes i 3 donacions en el cas de les dones).

Per contra, no pots donar sang si et trobes en algun dels següents casos:

- **Ets hipertens**

- **Ets diabètic** i dependent d'insulina (si el fàrmac és de tipus oral, sí que podries).

- **Si t'has tatuat o realitzat algun pírcing** en els quatre mesos anteriors.

- **Si pateixes d'epilèpsia.**

- **Si sofreixes alguna malaltia greu cardíaca, hepàtica, asmàtica, renal, respiratòria, tiroïdal, digestiva, neurològica, oncològica o hematològica.**

- **Si has consumit drogues** en algun moment de la teva vida.

- **Si pateixes una malaltia que es transmet a través de la sang com la SIDA, l'hepatitis B o C o la sífilis.**

- **Si estàs embarassada o ets mare lactant.** Després del part, s'aconsella que passin almenys sis mesos.

- **Si prens antibiòtics** o els has pres en els últims quinze dies.

- **Si vas viure o visitar el Regne Unit entre els anys 1980 i 1996 (vaques boges).** També, en el cas que t'hagin fet una transfusió de sang en aquell país (en qualsevol període), ha d'haver passat almenys un any.

- **Si has sofert qualsevol infecció en els últims catorze dies.**



Un adult mitjà té uns 5 litres de sang, dels quals perd en una donació uns 450 cl. Aquests, es regeneren automàticament pel cos en un període d'aproximadament 24 hores. Les precaucions simples que cal tenir en compte després d'una donació són: No practicar esport ni un esforç físic intens en les 24 hores posteriors, estar en repòs els 15 minuts posteriors a l'extracció i no fumar ni beure alcohol en almenys dues hores. EVA REMOLINA

Cures i bons aliats, el duo essencial per cuidar els tatuatges durant l'estiu

Aquest estiu serà molt especial perquè, malgrat començar, per segon cop, en plena pandèmia, comencem a veure la llum al final del túnel, i iniciem amb les primeres vegades. La crisi ens ha animat a prendre decisions poc previsible, impulsives, a causa d'aquesta incertesa de tempus fugit. Si com jo, t'has animat a posar sobre la teva pell algun tatuatge, no et pots perdre aquest post sobre alguns tips perquè l'època estival no els destrossi. És el moment de gaudir del bon temps i dels capbussos a la platja i a la piscina, així que pren nota d'aquestes claus per cuidar els tatuatges durant l'estiu.

Sol i tatuatges

Els components de la tinta dels tatuatges quan es posen en contacte amb el sol s'oxiden. Resultat? Els tatuatges s'aclareixen i l'aspecte es degrada. L'exposició solar, a més, provoca una gran sequedat, al contrari del que necessita qualsevol pell per lluir radiant.

Si estan acabats de fer

La primavera i l'estiu són les pitjors estacions per fer-te un tatuatge, perquè la pell quan arriba el sol no està ben cicatritzada i possiblement no compleixes la rutina de cura com ho faries a la tardor o hivern. Quan hi ha exposició solar durant el període de cicatrització del tatuatge, no utilitzis cremes solars, ni olis bronzejadors sobre de l'àrea tatuada: utilitza una bena per cobrir la zona.

És molt important que facis rentats amb aigua i sabó de glicerina entre tres i quatre vegades al dia i que, en cap cas, l'exposis al sol, ni a l'aigua de la piscina o de la platja, i evita rascar-lo. Davant qualsevol sospita d'una possible infecció en el tatuatge, acudeix a un especialista.



Cures per sempre

Malgrat el pas del temps, el tatuatge continua necessitant una alta protecció, perquè la pell és més sensible que la de la resta del cos. I no només quan anem a la platja o a la piscina, recorda que la radiació solar és present durant totes les estacions de l'any així que protegeix-te. La pell dels tatuatges demana a crits hidratació per lluir sana: utilitza diàriament cosmètics hidratants i nutritius per presumir de pell.

Compte amb els pigments!

Els tatuatges de colors requereixen major atenció, perquè els pigments com el vermell o el groc absorbeixen més la radiació solar i poden desencadenar reaccions al·lèrgiques com granits o picor. Davant el dubte, torna a tapar completament la zona del tatuatge. Si ho penses bé, tampoc fa falta que el tatuatge es posi bru.

CLÍNICA DENTAL

Dra. Carmen Torrent

1a VISITA GRATUÏTA
FINANÇAM A 12 MESOS SENSE INTERESSOS

info@dentaltorrent.es / www.dentaltorrent.es
Plaça de l'Església, 5 esc. A 1er 4a
Tel. 938 652 653 - Caldes de Montbui



www.saucpsicologia.com

Vanessa Olmos Oliván - psicòloga (col. 13.086)

c/ Aparici, 7 - Tel. 93 865 57 37 - 685 806 557
Caldes de Montbui - vanessa@saucpsicologia.com

- psicologia
infantil, juvenil
i adults
- psicopedagogia



**Clínica Dental
Ayuso & Schisano**

**Estètica dental. Ortodòncia
Odontologia general. Implantologia**

c/ Avel·lí Xalabarder, 17 - tel. 93 866 55 06
Caldes de Montbui



MARINA GUTIÉRREZ
PSICÒLOGA - LOGOPEDA

col·legiada núm. 3737

NENS - ADOLESCENTS - ADULTS

C/ Salvador Codina, 19 - Tel. 93 865 28 15
Caldes de Montbui (hores convingudes)

CLÍNICA DENTAL BORRELL

Pi i Margall 24 ★ 93 865 45 79
08140//CALDES DE MONTBUI

MEDICINA ESTÈTICA I NUTRICIÓ

Dra. Maria Xalabarder i Sagalés
617 59 21 32

HORES CONVINQUDES
mariaxalabarder@gmail.com
c/ Aparici 2, 1er 2a - Caldes de Montbui

ClínicaDental

Dr. David Morales | Dra. Eva Morales | Dra. Mònica Morales

Tel. 93 865 38 80

Torres i Sayol, 27, 1r-1a | 08140 Caldes de Montbui
caldes@clinicamorales.net | www.clinicamorales.net

Dra. M^a Justina López Pérez



Pediatra Puericultora
Vacunes
Homeopatia pediàtrica

Hores convingudes Telf. 93 8650470
c/ Montserrat, 55 2on 2a - Caldes

El gaspatxo

El gaspatxo és una de les sopes fredes preferides de l'estiu i posseeix tantes variants com llars en els quals es cuina. La suma de totes les verdures i hortalisses que conté proporcionen una infinitat de vitamines, minerals i antioxidants.

Es creu que a l'origen està en el "salmorium" que preparaven els romans, però tampoc se sap amb certesa.

Un dels aspectes més importants per a obtenir un bon gaspatxo és que els ingredients siguin de primera. És un plat que ha deixat de fer-se amb les sobres, per a passar a prendre un gran protagonisme.

Per aquest motiu, tria uns tomàquets que estiguin madurs (aportaran més sabor) però fermes, un oli d'oliva verge que no sigui amarg i un vinagre de qualitat, com pot ser un Pedro Ximenes o un xerès.

Els ingredients per a un gaspatxo tradicional són:

- 1 kg de tomàquets madurs o tipus "pera"
- ½ cogombre
- ½ ceba o una ceba tendra
- 1 gra d'all
- ½ pebrot verd
- 2 cullerades soperes de vinagre blanc
- 5 cullerades soperes d'oli d'oliva verge
- 1 culleradeta de sal
- ½ grapat de molla de pa. Si ens passem amb el pa, la textura ens quedarà més grumosa.

Preparació:

El primer que farem, serà pelar i tallar en rodanxes el cogombre i el deixarem durant mitja hora amb sal amb la finalitat que no repeteixi. Mentrestant, escal-

darem (opcionalment) els tomàquets en aigua bullent tan sols uns 15 segons. Encara que podrem pelar-los, si deixem la pell conservarem moltes més vitamines.

Afegirem al got batedor el tomàquet tallat en trossos, el gra d'all tallat per la meitat (i sense el germen central), la molla de pa, el pebrot, el vinagre i l'oli. Barrejarem amb cura amb ajuda d'una cullera. Tirarem la sal i tornarem a remoure. La mescla, la posarem en la nevera per unes 8 hores.

Un cop transcorregut aquest temps, si no volem tampoc que es repeteixi molt, és el moment en què podrem treure el pebrot verd i l'all (també opcional), per a

necessari) i deixar de nou refredar abans de servir-ho.

Podem decorar-ho, espolvorejant per damunt trossos de pebrot verd, vermell i ceba o bé, tallant una rodanxa de cogombre i inserint-la en la vora del got.

Alguns consells a tenir en compte:

- Si no vols que et quedin llavors del tomàquet, bateix-lo per separat i passa-ho a més a més pel colador xinès, abans d'afegir-lo a la resta d'ingredients.

- Si no t'agrada gaire el gust de la ceba, pots optar o per no posar-la, o bé substituir-la per ceba tendra, que farà la mescla molt més suau.



triturar més tard amb l'ajuda d'una batedora.

Finalment, colar la mescla, afegir aigua (si és necessari, ja que hi ha tomàquets amb molta polpa que poden no fer-ho

- I finalment, pel que fa al pa, encara que pot utilitzar-se del dia anterior, sempre és millor que sigui un pa recent per a no apreciar-lo després en forma de sorra i que la textura resulti menys fina.

EVA REMOLINA

Presàs

CANSALADERIA
XARCUTERIA
CA L'AMALIA

Elaboració pròpia

Pi i Margall, 52 - Tel. 93 865 04 94
Caldes de Montbui

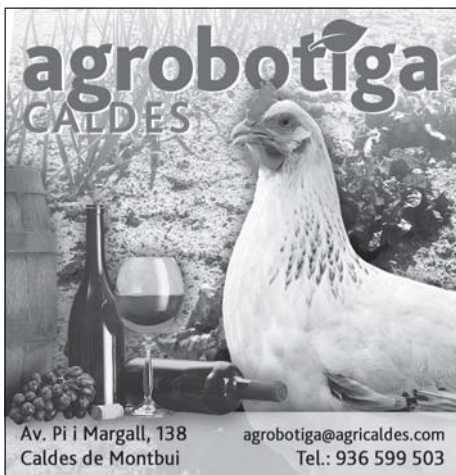
RESTAURANT XINÈS PEKIN
Novetat: SUSHI
Gaudefeu a casa o al restaurant,
d'un sushi de qualitat,
frescor, aroma i acabat de fer.
TELÈFONS: 93 865 40 09
93 862 63 99
carrer d'Aparici, 4 - Caldes de Montbui

Carns Llonch

Casa centenària

Servei a domicili

Pi i Margall, 62 • Tel. 93 865 03 46
Caldes de Montbui



agrobotiga
CALDES

Av. Pi i Margall, 138
Caldes de Montbui

agrobotiga@agricaldes.com
Tel.: 936 599 503



RUISAN ASSESSORS, S.L.
Assessorament d'Empreses

- Assessorament Fiscal, laboral i comptable
- Serveis advocats: Laboral, mercantil i civil
- Declaració rendes
- Canvis de nom de vehicles

Assessorament de la seva activitat sense compromís
c/ Sant Pau, 94 - 93 865 48 25
Caldes de Montbui

Reparacions de tota mena i reformes.



615 07 01 56
Siscu

El Manetes de Caldes



RAMON PICANYOL
Instal·lador Autoritzat
d'Aigua, Gas i Electricitat

c/ Montserrat, 20
Caldes de Montbui Tel. 610 25 02 53

NET BULLON Empresa de neteja

Cases, oficines comunitats, postes a punt, vidres...

FALTA PERSONAL
Tel. 630 943 851

Convocatòria de subvencions 2021 per a entitats locals

La Junta de Govern Local de l'Ajuntament, en la sessió ordinària del dia 18 de maig de 2021, va aprovar la convocatòria, les bases específiques, els formularis i els criteris per a la concessió de subvencions per l'any 2021 en l'àmbit cultural, esportiu, juvenil, educatiu i de participació ciutadana.

Les entitats poden presentar les sol·licituds a partir del 3 de juny i fins al 15 de juliol, inclòs.

Les entitats que hagin de realitzar algun tràmit amb l'administració han de disposar d'un certificat digital per tal de fer-lo telemàticament.

El projecte d'habitatge jove, entre els 50 candidats a rebre la distinció "Bones Pràctiques en Participació Ciutadana 2021"

El procés participatiu del primer projecte de construcció d'habitatge jove a Caldes de Montbui ha estat seleccionat per l'Observatori Internacional de la Democràcia Participativa com un bon exemple de participació ciutadana. Per això, el projecte és un dels 50 que opten a rebre la distinció "Bones Pràctiques en Participació Ciutadana". Un premi que reconeix, anualment, les millors polítiques públiques que implementen els governs locals.

Ara, un cop seleccionat el projecte, els membres d'aquest organisme tenen la oportunitat de votar els tres millors projectes de participació ciutadana dels 50 que han estat escollits. El projecte de Caldes competeix, per exemple, amb iniciatives de Lisboa, Istanbul, Buenos Aires o Montreal, entre d'altres.

Reflexions

Assumpte inconclús

Als 99 anys, Leo Plass va rebre el seu títol universitari. Havia deixat els seus estudis terciaris de magisteri durant la dècada de 1930, per poder guanyar diners treballant en la indústria de la fusta. Setanta-nou anys després, va completar les tres matèries que li faltaven per graduar-se i acabar aquest important assumpte inconclús en la seva vida.

Molts podem identificar-nos amb Leo. Els nostres assumptes inconclusos poden contenir disculpes que mai vam oferir o, més important encara, decisions espirituals pendents. Un dels delinqüents crucificats al costat de Jesús necessitava desesperadament prendre una decisió així. Gairebé amb el seu últim alè abans de passar a l'eternitat, va entendre qui era Jesús i va voler estar al cel amb Ell. Va reconèixer el seu pecat i la innocència del Senyor, i va clamar: "Jesús, recorda't de mi quan arribis al teu Regne" (Lucas 23:42). Jesús respongué: "... T'asseguro que avui seràs amb mi al paradís". (v. 43).

Déu no vol que ningú es perdi (2ª Pere 3:9). Ofereix la salvació a tothom, independentment de l'edat, estat de salut o etapa de la vida que un estigui travessant. La seva oferta de acceptar-lo com a Salvador personal està disponible en tot moment. Resolguem aquest assumpte important i inconclús i esperem amb goig l'eternitat al costat d'Ell.

Que gaudeixis d'un feliç dia!

Diumenge: 11 matí: Adoració i comunió
11.30h: Escola Dominical
per a nens i nenes

Dijous: 19,45h.: Temps de pregàries

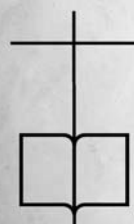
c/ GEORGE LAWRENCE, 10
- CALDES DE MONTBUI -

PROGRAMES DE TELEVISIÓ:

. Néixer de Nou: darrer diumenge de mes a partir de les **10h a TV3**.

. Buenas Noticias TV:
Cada diumenge a les **9,45h per La 2**.

ESGLÉSIA EVANGÈLICA



OBERTS A DÉU,
OBERTS AL POBLE
DES DE 1880



TENS DUBTES SOBRE **LA NOVA ESTRUCTURA TARIFÀRIA?**

Truca'ns al nostre telèfon gratuït i resoldrem qualsevol qüestió que tinguis.