

Pol Fuentes actua al Centre Democràtic i Progressista P4

S'inicia la segona fase en la construcció del pas soterrat de la C-59 P5

L'impacte de la Covid obliga a contractar nou personal a les escoles bressol P7

TOT Caldes

de Montbui



Núm. 1675
Del 28 de gener al 3 de febrer
de 2022

Distribució gratuïta
Any XXXVI

amic



JDB

Caldes torna a viure la cercavila dels Tres Tombs i el Ball de Plaça



Tel. 93 865 38 80
Torres i Sayol, 27 -1r -1a
08140 Caldes de Montbui
caldes@clinicamorales.net
www.clinicamorales.net

ClínicaDental

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

Cirurgia oral
Implants | Pròtesis
Ortodòncia infantil i adults
Emblanquiment dental
Radiologia digital



Dissabte 29 de gener

11h

Ruta guiada per les Stolpersteine, les llambordes de la memòria, organitzat per l'Ajuntament de Caldes en el Dia Internacional de Commemoració en Memòria de les Víctimes de l'Holocaust, en record dels calderins víctimes del nazisme. El recorregut a l'entorn de les Stolpersteine calderines s'iniciarà a la plaça de Neus Català i Pallegà i comptarà amb la participació de l'Eduard Puigventós, historiador i comissari de l'exposició "Els calderins deportats als camps nazis" i amb l'acompanyament de l'aula de flautes de l'Escola Municipal de Música Joan Valls.

Diumenge 30 de gener

19h

Cafè del Centre

Xerrada "El Jardí furtat o la persistència de l'espòli franquista a partir del cas del Centre de Caldes", a càrrec de Neu Moran amb la intervenció de Pep Morella, president de la Federació d'Ateneus de Catalunya. Org. Federació d'Ateneus de Catalunya i UPCM.

Del 30 de gener al 20 de febrer

Cafè del Centre

Exposició "Quan s'enduen el país: l'Espòli Franquista als ateneus de Catalunya".



Dimarts 1 de febrer

De 8 a 13h

Aparcament carrer Escoles Pies

Instal·lació de la deixalleria mòbil. Consisteix en la visita mensual (cada primer dimarts de mes) d'un camió

adaptat amb contenidors per recollir la majoria de residus que es poden portar a la Deixalleria.

Té com a objectiu recollir els residus que per la seva composició es consideren especials o que, per la seva composició, és interessant que es recullin de manera selectiva.

Dimecres 2 de febrer

19h

Sala de les Cuines de Can Rius

Xerrada "La transició a Catalunya" a càrrec de Josep Lluís Martín Berbois. Org. Aules d'extensió Universitària "Delfi Dalmau i Argemir" de Caldes de Montbui.



Diumenge 6 de febrer

18.30h

Casino

XIIIè Cicle Musicasino, amb el concert espectacular de Joan Vázquez "Feeling Good".

Preu: 10/12 euros, estudiants 6 euros.

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
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		

Caldes reviu un Sant Antoni Abat plenament marcat per la pandèmia

Caldes de Montbui ha pogut tornar a celebrar la festa de Sant Antoni Abat amb algunes restriccions degudes a la pandèmia i la suspensió d'alguns actes, com el vermut o el sopar que aplegava els abanderats de les últimes edicions. També s'ha trobat a faltar la participació de les escoles degut al confinament de molts grups escolars.

El diumenge al matí es va celebrar l'esmorzar del traginer. Tot seguit, hi va haver l'ofici solemne amb la benedicció dels panets i el repartiment a la sortida de l'església de Santa Maria. A continuació va començar la cercavila dels Tres Tombs, amb la benedicció dels animals per part del mossèn.

Com que la participació va ser més baixa, l'organització va decidir no premiar a les comparses, però sí donar un agraïment econòmic als participants, a més de la resta de regals: tortell, cava, carquinyolis i un regal commemoratiu, que aquest any va ser una armilla.

A la tarda, hi va haver el tradicional Ball de Plaça, on a causa de la pandèmia i els confinaments que estem vivint, es va decidir que només hi participés la colla dels abanderats i el grup dansaire de la Facultat de Sant Antoni. La música va anar a càrrec de la cobla Ciutat de Granollers.

Al vespre, la festa va continuar al Casino de Caldes amb el concert de música catalana de l'orquestra La Chatta i l'acte de fi de festa, amb el lliurament de la bandera als portabanderes de l'any vinent. També es va l'acte commemoratiu pels que van ser abanderats l'any 1971, 1972, 1996 i 1997.

El sorteig de la "Rifa del Porc", en el que es fa entrega del valor equivalent a un porc, un xai i un parell de pollastres, va ser pels números següents: Núm. 4.347 primer premi, núm. 1.051 segon premi i núm. 2.590 tercer premi.



Capità de bandera: Joan Figuerola Marès, Portabandera: Auger Monsech Pereta, Cordonistes: Aleix Vila Sellés i Josep Muntal Mas.



Carro de tracció animal a la cercavila dels Tres Tombs



Ball de plaça amb la colla dels abanderats

Ruta guiada per les Stolpersteine, les llambordes de la memòria

Amb motiu del 27 de gener, Dia Internacional de Commemoració en Memòria de les Víctimes de l'Holocaust, l'Ajuntament organitza per dissabte 29 de gener, a les 11 hores, una ruta guiada per les Stolpersteine en record dels calderins víctimes del nazisme.

El recorregut a l'entorn de les Stolpersteine calderines s'iniciarà a la plaça de Neus Català i Pallejà i comptarà amb la participació de l'Eduard Puigventós, historiador i comissari de l'exposició "Els calderins deportats als camps nazis" i amb l'acompanyament de l'aula de flautes de l'E. M. M. Joan Valls.

12 calderins deportats als camps nazis tenen una llamborda de la memòria, sòlida i duradora, per tal que el seu nom i els horrors de l'holocaust no siguin oblidats. 11 de les llambordes es troben al municipi en un recorregut que neix a la plaça de Neus Català i Pallejà i fa una parada en l'entorn dels carrers on van viure les 12 persones deportades, torturades i, en gairebé tots els casos, assassinades. La llamborda número 12 es troba en el municipi de Vilanova i la Geltrú, que va ser lloc de naixement d'Armand Pueyo.



Pol Fuentes actua al l'Ateneu del Centre

El passat diumenge al vespre el cantant Pol Fuentes va actuar a l'Ateneu del Centre Democràtic i Progressista.

Les principals activitats de Fuentes han estat en el camp de la l'audiovisual i la música, tot i que també ha treballat en altres disciplines com ara la interpretació, el teatre o la il·lustració.

De 2004 a 2015 Pol Fuentes va ser cantant, guitarrista, lletrista i compositor principal del grup de rock Rosa-Luxemburg, i després de la dissolució del grup ha continuat amb el seu treball en solitari.

El públic calderí va poder veure la presentació del seu últim disc "Saturn negre", disc editat per Picap l'any 2020.



S'inicia la segona fase de les obres de construcció del pas soterrat de la C-59 per accedir al cementiri

Les obres de construcció del nou pas soterrat de la C-59 a l'alçada del carrer Bigues avancen a bon ritme i això permet iniciar la segona fase del projecte que ja ha de permetre concloure la construcció d'aquest nou vial.

El regidor d'Espais Públics i Mobilitat, Jaume Mauri, ha fet la visita d'obres que ha permès comprovar l'evolució dels treballs i concretar amb l'empresa constructora que el pas soterrat podria estar enllestit el maig.

Els treballs tenen un termini d'execució de 10 mesos i un pressupost d'adjudicació de 800.000 euros.

L'inici d'aquesta segona fase té diverses implicacions en la circulació.

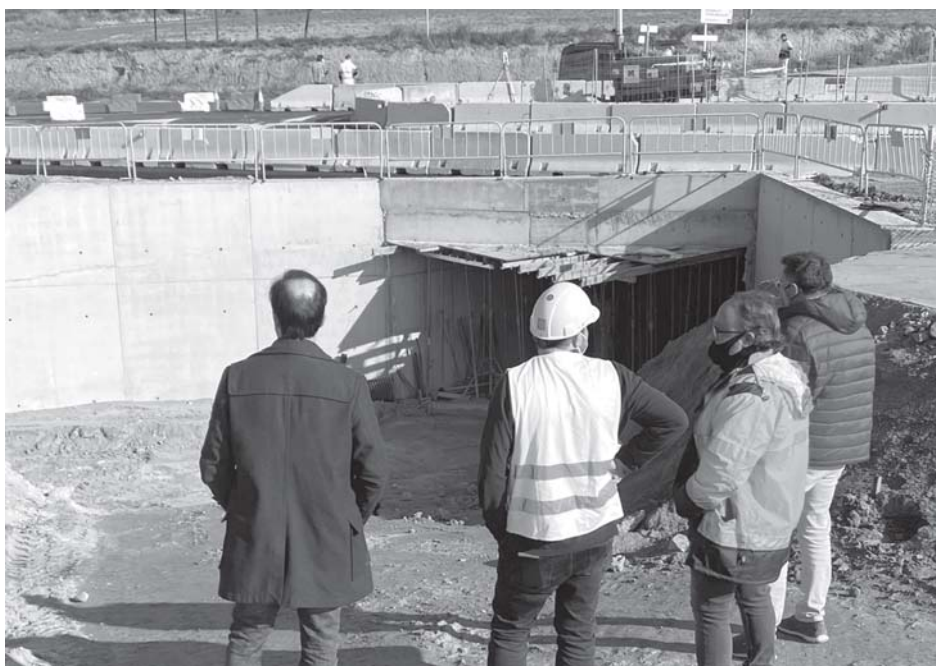
D'una banda, aquest mateix dimecres 19/01 es procedirà a fer efectiu el desviament del trànsit de la C-59 per un nou traçat que ja passarà per sobre del tram del pas soterrat que ja s'ha construït. D'aquesta manera, els treballs de construcció podran continuar avançant en direcció al camí del cementiri.

D'altra banda, la nova fase també implica recuperar la circulació del carrer Bigues en tots dos sentits. Fins ara, només es podia fer servir aquest carrer d'entrada al nucli urbà pels vehicles procedents de Sant Feliu de Codines. A partir del dijous 20 de gener a la tarda, ja s'hauran fet els treballs necessaris per recuperar també la circulació de sortida del municipi i la incorporació a la C-59 direcció Barcelona per aquest carrer. Així, quedaran eliminats els desviaments de trànsit habilitats en aquesta zona.

El pas inferior de la C-59 és una històrica reivindicació municipal que soluciona la comunicació entre el centre urbà i el Cementiri Municipal i entorns. El projecte contempla la construcció d'un vial de 360 metres de longitud per a vianants i ciclistes que connectarà amb el pas inferior.

D'aquesta manera, a més de facilitar l'accés a peu o en bici al Cementiri Municipal, es promou també la mobilitat sostenible amb els barris extraurbans de Can Regasol i Els Lledoners.

A més, amb les obres s'habilita també el gir a l'esquerra des de la C-59 per entrar al nucli urbà pel carrer de Bigues. Es recupera així una de les entrades a la trama urbana, fer que permetrà descongestionar la resta d'accessos existents.



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





L'Ajuntament informa

L'OMIC informa: El preu oficial de l'ampolla de butà és de 17.75 euros

L'OMIC informa que el preu oficial de l'ampolla de butà, des del 18 de gener és de 17,75 euros, el que suposa un encariment del 4,91 % respecte el preu anterior.

Més informació a l'OMIC: Font i Boet, 7

Obert el procés de pressupost participatiu de joventut, Nervi Jove 2022

Arrenca la novena edició del Nervi Jove, el projecte de pressupostos participatius de joventut de Caldes de Montbui amb un pressupost total de 6000 euros per destinar a activitats proposades pel jovent. El període de recollida de propostes serà fins al dia 8 de febrer. En el procés participatiu hi poden formar part tots aquells joves de Caldes de Montbui, de 12 a 30 anys, que vulguin organitzar o donar suport a una activitat juvenil. Les aportacions es poden fer en grup o bé individualment i es poden presentar via web, amb el formulari <https://bit.ly/FormulariNerviJove2022>, o bé omplint les butlletes que es troben a l'Espai Jove El Toc i als instituts de Caldes.

Informació de servei: afectacions al trànsit per les obres del pas soterrat de la C-59

S'inicia la segona fase del projecte del nou pas soterrat de la C-59 amb noves implicacions en la circulació com la recuperació de la doble circulació al carrer Bigues. Consulteu les afectacions al web municipal.

Ja podeu sol·licitar la bonificació de la taxa de deixalles per a particulars i activitats

Fins al 31 de març, la ciutadania i les activitats comercials i industrials poden sol·licitar la bonificació en el rebut de deixalles. Més informació a l'apartat de tràmits. L'Ajuntament recorda que els habitatges que disposen d'una reducció aprovada durant l'any 2019 pels òrgans corresponents se'ls aplicarà el percentatge de reducció de la tarifa que es va aplicar l'any 2019. La reducció pot oscil·lar entre l'1 i el 20 %. **No serà necessari sol·licitar de nou** l'aplicació de la reducció excepte en els casos de modificació del tipus de recollida realitzada.

Ruta guiada per les Stolpersteine, les llambordes de la memòria

Amb motiu del 27 de gener, Dia Internacional de Commemoració en Memòria de les Víctimes de l'Holocaust, l'Ajuntament organitza per dissabte 29 de gener, a les 11 hores, una ruta guiada per les Stolpersteine en record dels calderins víctimes del nazisme. El recorregut a l'entorn de les Stolpersteine calderines s'iniciarà a la plaça de Neus Català i comptarà amb la participació de l'Eduard Puigventós, historiador i comissari de l'exposició "Els calderins deportats als camps nazis" i amb l'acompanyament de l'aula de flautes de l'Escola Municipal de Música Joan Valls.

La deixalleria mòbil s'instal·larà el dimarts 1 de febrer, de 8 a 13 h

La deixalleria mòbil s'instal·la a dins de l'aparcament del carrer de les Escoles Pies. La visita mensual del camió adaptat amb contenidors de recollida es repeteix cada primer dimarts de mes.

Servei d'atenció integral LGTBIQ+

El SAI ofereix un espai d'acompanyament i atenció a les persones LGTBIQ+ i dona resposta a consultes relacionades. Demaneu cita prèvia: T. 93 865 46 55/ 674 32 35 78 i A/e. sai@caldesdemontbui.cat

Informació important sobre la cria d'aus per a autoconsum a Catalunya

La Generalitat intensifica a Catalunya la vigilància a les aus per la detecció d'influència aviària a les terres de Lleida. Consulteu les mesures d'higiene i de bioseguretat al web municipal.



Llista d'ofertes de feina actualitzades el: 21/01/2022

Núm.	Oferta
319927	ADMINISTRATIU/VA (JORNADA PARCIAL)
319922	OPERARI INSTAL·LADOR I AJUDANT
319894	FORNER/A (NIT)
319647	ADMINISTRATIU/VA COMPTABLE
319571	PEÓ DE CONSTRUCCIÓ (AMB CARNET B)
319437	OPERARI PRODUCCIÓ
319208	AGENT COMERCIAL / DIRECTOR/A D'AGÈNCIES
319147	MECÀNIC DE COTXES (H/D)
319023	AUX. INFERMERIA
318978	PEÓ CONSTRUCCIÓ
318936	OPERARI (SECTOR PLÀSTIC)
318081	SOLDADOR/A MIG MAG ITIG (TORN ROTATIU MATÍ I TARDA)
317961	ELECTRICISTA QUADRISTA
317810	DEPENDENT/A (JORNADA PARCIAL TARDES)

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.

Arrenca la setena edició del programa LEXCIT de foment de la lectura dels infants del municipi a través del voluntariat

Tret de sortida a la setena edició del programa LEXCIT, que té com a objectiu millorar la comprensió lectora dels infants. Oberta la convocatòria per a voluntaris fins l'1 de febrer, les inscripcions es poden fer a l'escola on es vulgui fer el voluntariat, a la biblioteca o a l'Ajuntament. Més informació al Departament d'Educació: 93 862 70 24- educacio@caldesdemontbui.cat



www.caldesdemontbui.cat

[facebook.com/ajuntamentcaldesdemontbui](https://www.facebook.com/ajuntamentcaldesdemontbui)
[@AjCaldesMontbui](https://twitter.com/AjCaldesMontbui)
[ajcaldesdemontbui](https://www.instagram.com/ajcaldesdemontbui)



Ajuntament de Caldes de Montbui

L'impacte de la Covid a les escoles bressol obliga a contractar nou personal i reorganitzar horaris per mantenir obert



L'impacte de la variant Omicron a tot el país, en especial en el sector educatiu, també té conseqüències en els centres educatius de Caldes de Montbui. Els últims dies, l'augment del nombre de casos positius entre el professorat de les escoles bressol municipals ha obligat l'Ajuntament a prendre mesures per tal d'assegurar que el servei continuï funcionant.

En aquests moments, entres les dues escoles bressol del municipi (La Lluna i El Gegant del Pi) hi ha 10 persones de baixa per Covid. Pel que fa als infants, actualment s'ha confinat un grup de nens i nenes d'1 i 2 anys de l'EBM Gegant del Pi després de superar el 20% de positius dins del grup.

Davant d'aquesta situació, des de la regidoria d'Educació s'han contractat 5 educadores per cobrir part de les baixes. Això, tot i la dificultat que hi ha actualment per poder trobar personal disponible per la situació pandèmica a tot Catalunya. Paral·lelament, s'han modificat i ampliat les jornades de treball de part del personal, s'han dut a terme reorganitzacions dels grups i s'han fet moviments de personal entre les dues escoles bressol municipals. Tot això, amb l'objectiu de mantenir les escoles bressol obertes i seguir oferint el servei amb el màxim de garanties i de qualitat possibles tot i les circumstàncies.

L'Ajuntament ha fet arribar una nota informativa a les famílies per tal d'informar de la situació i per tal d'agraïr-los la comprensió davant d'aquesta situació excepcional i general. També demana la col·laboració de les famílies extremant la prudència alhora de portar els fills o filles a l'escola si presenten algun símptoma de la malaltia o si han estat contacte estret d'un cas positiu. De la mateixa manera, també agraeix l'esforç, la implicació i la col·laboració de l'equip educatiu de les dues escoles bressol municipals per tal de superar la situació.

Anem al Casino

www.casinodecaldes.cat i al

2022 XIII Cicle MUSICASINO

FEBRER 6

Feeling Good

JOAN VÁZQUEZ

Lloc: Sala gran
Hora: 18.30 h
Preu: 10 - 12€
Estudiants: 6€

Vine al Casino!

Venda continuada d'entrades
<http://bit.ly/CasinoCaldes>
i a la taquilla Casino: dijous i diumenge de 17.00h a 19.00h

Organitzen: Ajuntament de Caldes de Montbui, Departament de Cultura, ACC

Sant Antoni 2022





GRÀCIES PER TORNAR!

Organitza:

Facultat
de Sant Antoni Abat

Col·labora:

Ajuntament de
Caldes de Montbui
Regidories de Cultura i Esports

Patrocinen:

Sagalés
DISAVA

Agraïments:

Polícia Local,
protecció civil
caprabo

Generalitat de Catalunya
Departament
de Cultura

Patrimoni
festiu
de Catalunya

Gasosa
SAFONT
Caldes de Montbui

Números premiats de la "Rifa del Porc": Núm. **4.347** primer premi, núm. **1.051** segon premi i núm. **2.590** tercer premi.



L'alcalde Pineda dóna l'esquena al Síndic de Greuges i als ciutadans

L'alcalde Pineda ha decidit no perseguir les infraccions qualificades des de l'Àrea d'urbanisme de l'Ajuntament com a MOLT GREUS i sancionades amb tres multes de 37.000 euros. Unes sancions que no es cobraran mai, si el govern d'ERC Caldes persisteix en protegir a qui infringeix el POUM. Afavorint així interessos privats totalment fora de llei.

Per segona vegada en menys d'un any, el Síndic de Greuges de Catalunya ha avisat per carta a l'alcalde Pineda que no pot deixar caducar l'expedient que sanciona els presumptes abocaments il·legals al polígon de la Borda.

Així i tot, res fa entreveure que l'alcalde deixarà de tapar-se les orelles quan el síndic, els ecologistes o l'oposició ens queixem de tal indignant inacció.

Un dels fonaments de la democràcia és la igualtat entre els ciutadans. Aquesta igualtat teòrica apareix sovint en la

retòrica, malgrat costa molt de fer aterrar a la realitat. Des de 2019, el grup ecologista Cararac Verd, ve advertint d'incompliments urbanístics molt greus, amb conseqüències mediambientals, però també amb danys a la igualtat entre els ciutadans.

Cal que les administracions siguin dèbils amb els febles i implacables amb els poderosos.

Tanmateix, en el nostre municipi, tot apunta en la direcció oposada.

La caducitat d'un expedient urbanístic per infraccions greus ens indica una parcialitat inadmissible en el govern d'un Ajuntament, sobretot quan caduca dos cops i s'ignora a ciutadans i autoritats supramunicipals com el Síndic de Greuges.

Fins ara, l'únic argument de l'equip d'Esquerra Republicana fou l'apreciació subjectiva de l'alcalde sobre l'estat del terreny en el plenari de novembre.

Una valoració que res aporta, ja que qui ha de resoldre l'expedient és l'Ajuntament i no el punt de vista personal del Sr. Pineda.

Quin dret té Isidre Pineda a amagar l'expedient dins un calaix per evitar que el resolguin els tècnics?

Sr. Pineda, el cridem a obrir un nou expedient que es resolgui amb la celeritat deguda perquè no caduqui, segons marca la llei (article 71 de la Llei 39/2015).

Per altra banda, reclamem que es garanteixi el compliment del POUM en sòl no urbanitzable, obligant a restablir l'altura original del terreny transformat, tal com demana l'informe tècnic.

Sr. Pineda, ciutadania i Síndic de Greuges el cridem a abandonar la defensa de particulars per tal de garantir el POUM i la igualtat entre els ciutadans.

CUP Caldes de Montbui

Si lo hubiera sabido

Si hubiera tenido la más mínima sospecha de ésta pesadilla
Te hubiera abrazado hasta el infinito
Te hubiera escuchado más cuidadosamente
Te hubiera mirado a los ojos profundamente,
Hubiera saboreado esa copa de vino con los ojos cerrados
Como el mejor sumiller.

Si hubiera sabido que la 5ª. Avenida o Central Park
Resultarían sueños lejanos, inexistentes, inalcanzables
Los hubiera recorrido a pasos cortos
Con los ojos muy abiertos
Y todos los sentidos muy despiertos
Me hubiera impregnado de sus colores, de sus olores
Hubiera retenido en mi retina cada detalle
Cada hoja de cada árbol...

Si lo hubiera sabido...
Aquellas veces que pospusimos nuestros encuentros
Porque la inconsciencia no nos permitía
Poner al presente su valor superlativo que ahora evidenciamos.

Si lo hubiera sabido...
Me hubiera tomado cientos de cafés contigo
Y Habríamos hablado de cosas profundas y banales
De tus sueños...de los míos... y del tiempo
Hubiéramos saboreado poco a poco cada sorbo de ese café que nunca llegó.

Si lo hubiera sabido...
Que no podría verte la cara
Ver si me sonreías o estabas triste

Hubiera mirado absorta cada milímetro de tu rostro
Para grabarlo en mi memoria.

Si li hubiera sabido...
Habría aprendido la lección
Habría tomado apuntes
Me habría tatuado en la frente "Carpe Diem"
Nos lo repiten cada día
Y sin embargo vamos por la vida aplazándolo todo
Y desperdiciando ese hoy que evidenciamos con lágrimas
Que es lo único real.

Si lo hubiera sabido!

Cecilia Valois

Una gran part de la població ja pot rebre la dosi de record de la Covid-19

El Departament de Salut ha ampliat a una bona part de la població la vacunació de la dosi de record de la Covid-19. En concret, ja la poden demanar tots les persones de 30 anys o més que van ser vacunades amb Pfizer o Moderna en la pauta completa, sempre que hagin passat 5 mesos des que la van rebre. I també se la poden posar tots els joves d'entre 18 i 29 anys que van rebre la pauta completa d'aquestes mateixes vacunes 8 mesos enrere.

S'afegeixen d'aquesta manera als grups d'edat de 40 anys o més i als vacunats de totes les edats amb Astrazeneca i Janssen. De fet, aquests continuen sent els grups prioritaris per a la recepció de la dosi de record, a més a més de les persones immunodeprimides, el personal sanitari i sociosanitari i les persones residents, que fins ara ja han pogut rebre també aquesta dosi.

Els grups prioritaris per a aquesta dosi de record són les persones a partir de 40 anys i els vacunats de qualsevol edat amb Astrazeneca i Janssen

La dosi de record és altament recomanable perquè, tot i que les vacunes contra la Covid-19 proporcionen una resposta immunitària molt efectiva, **algunes persones, malgrat tenir la pauta de vacunació completa, disminueixen aquesta protecció, sobretot davant de noves variants com l'òmicron,** que és la majoritària actualment a Catalunya. La dosi de record augmenta la immunitat, l'allarga i ajuda a reduir el risc d'ingressar a l'hospital a causa de la COVID-19.

La dosi de record, doncs, ajuda a maximitzar la protecció, a perllongar la seva durada i, en definitiva, a continuar protegint la salut pública de les nostres comunitats i, en particular, la de les persones amb més risc d'infecció i malaltia greu.

Cinc mesos des de la pauta completa amb Pfizer o Moderna
Per rebre la dosi de record, cal que hagin passat cinc mesos des que es va rebre la segona dosi, en el cas d'haver rebut els vaccins de Pfizer o Moderna.

Si s'ha rebut les dues dosis d'Astrazeneca o la dosi única de Janssen, han de passar tres mesos per poder rebre ara la dosi de record.

En tots dos casos, si superat els períodes de 3-6 mesos es contrau la infecció per Covid-19, s'haurà d'esperar quatre setmanes de la recuperació de la malaltia per sol·licitar la dosi de record.



Per accedir a la vacunació, cal demanar cita prèvia a través del portal <http://vacunacovid.salut.cat>, des d'on es pot triar punt de vacunació i dia i hora. Els destinataris de la dosi de record aniran rebent un SMS convidant-los a la vacunació i dirigint-los a aquest enllaç.

La dosi de record augmenta la immunitat, l'allarga i ajuda a reduir el risc d'ingressar a l'hospital a causa de la COVID-19

La dosi addicional que s'està administrant és de Moderna o de Pfizer, indiferentment de la vacuna que s'hagi rebut a la primera i a la segona dosi. De fet, s'ha comprovat que totes dues vacunes, tant la Moderna com la Pfizer, tenen una eficàcia molt elevada, independentment de la vacuna que s'hagi rebut en l'aplicació de la pauta completa (Pfizer, Moderna, AstraZeneca o Janssen).

El Departament de Salut manté la crida a tota la població perquè es vacuni, tant les persones que poden rebre ara la dosi addicional com totes aquelles que encara no estan vacunades.

La vacunació redueix la probabilitat d'ingrés hospitalari

Cal recordar que les persones no vacunades majors de 12 anys tenen una probabilitat 2,5 vegades més gran ser hospitalitzades per Covid i 4,9 vegades més d'entrar a l'UCI. En el cas dels majors de 50 anys, tenen una probabilitat 3,7

vegades més gran de ser hospitalitzades per Covid i 8,1 vegades més d'entrar a l'UCI. I, en la franja de més de 70 anys, tenen una probabilitat 6,1 vegades més gran de ser hospitalitzades i 15,2 vegades més d'entrar a la UCI que les persones d'aquesta edat que tenen dosi de record.

La vacunació contra la Covid-19 té com a objectiu protegir tota la població del virus per evitar casos de malaltia greu, Covid persistent, ingressos hospitalaris i a les UCI, i morts.

Salut ha estès la vacunació de record a totes les persones de més de 30 anys que faci 5 mesos que tinguin la pauta completa i als joves d'entre 18 i 29 anys que faci 8 mesos que estiguin vacunats

És previst que s'ampliïn progressivament els grups per rebre la dosi de record, quan hagi passat el temps necessari des de la darrera dosi de vacuna. Aquests grups se seleccionen coordinadament en l'àmbit de l'estratègia estatal de vacunació.



FARMÀCIES

Tarruell

c/ Montserrat, 30 – 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

Recuperem l'organisme després de Nadal? Consells per a detoxificar el cos

Encara que hagin estat unes festes nadalenques anòmales i les celebracions hagin estat molt més reduïdes, els excessos són sempre convidats indiscutibles en els últims menjars i sopars de l'any.

Ens autoconvencem amb el fet que aquests abusos són puntuals, però també reversibles. És el moment de començar a depurar el cos amb bons hàbits.

Menjar millor per a perdre pes

Cal apostar per menjars lleugers i alimenta't de tres a cinc vegades al dia. Les verdures, les hortalisses, el pollastre, el peix o els ous són bons aliats per perdre el pes guanyat durant les celebracions nadalenques. Això sí, cal cuinar-los de manera lleugera, al forn, a la planxa o al vapor.



Depura l'organisme i elimina els líquids, amb verdures i infusions. Les cremes lleugeres o les sopes de verdures són molt recomanables per aquest repte. Els espàrrecs, el carabassó, les carxofes o el bròcoli són ideals per a aconseguir la depuració de l'organisme. Millorar la digestió, eliminar els líquids i depurar l'organisme és fàcil amb els tes: el verd, la cua de cavall, el boldo o la menta són bons aliats.

Més fibra i menys sal i sucre. Fruïtes, verdures, llegums i cereals són aliments ideals per a la teva cistella perquè afavoriran el trànsit intestinal i incrementaran l'índex de sacietat. En canvi, prescindeix de la sal, i assoliràs desinflat-te. Condimentar amb herbes aromàtiques és una bona opció per als teus aliments, així com treure del teu dia a dia els menjars preparats. El sucre és un altre ingredient que millor evitar, tant en el cafè, com en els aliments ultraprocessats, la brioixeria o les begudes ensucrades.

Aposta per l'exercici

No es tracta de tornar a apuntar-nos al gimnàs i de prometre'ns a nosaltres mateixes que anirem cada dia, es tracta de gaudir de l'esport perquè presenta una infinitat de modalitats. Simplement, hem de triar la que més ens agradi. No forçar-nos amb pràctiques que ens resultin avorrides, sinó estar disposades a experimentar amb les nostres habilitats i aprofitar per a connectar amb la música que millor ens sona. L'esport el podem trobar lluny d'instal·lacions esportives, pujant escales o anant caminant a treballar, i repetir aquests petits grans moments de desconnexió tres o quatre vegades a la setmana. El sedentarisme és l'enemic a batre, evita'l cada dia.



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



calpodoleg.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 CONvingudes

www.psiquiatriacaldesdemontbui.com

c/ Forn, 23 2n pis - CALDES

Tel. 93 865 44 86



CLINICA DENTAL ALONSO

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

Dra. M^a Justina López Pérez



Pediatra Puericultora

Vacunes

Homeopatia pediàtrica

Hores convingudes Telf. 93 8650470

c/ Montserrat, 55 2on 2a - Caldes

Com baixar la pressió arterial sense medicació

Una pressió arterial alta pot ocasionar malalties cardíaques i accidents cardiovasculars, per la qual cosa és molt important poder controlar-la. Per a aconseguir-ho, es poden seguir els següents consells:

- **Reduir el sucre i els carbohidrats refinats.** És millor substituir-los per altres edulcorants de tipus natural com la mel, l'estèvia o la canyella.
- **Fer activitat física de manera regular.** Practicar algun esport o simplement caminar durant mitja hora al dia, redueix la pressió arterial, i com més exercici, més s'enforteix el cor i es disminueix la pressió sobre les artèries.
- **Menjar més fruites, verdures i aliments en general que continguin potassi.** Els fruits vermells són també excel·lents per a ajudar-te en aquest procés.



- **Reduir la cafeïna i el consum d'alcohol.** És cert que un got de vi diari pot ser fins a aconsellable, però l'excés és sempre contraproduent.
- **Deixar de fumar.**
- **Reduir el consum de sal.** Una bona opció és substituir-la per espècies. Encara que no s'ha demostrat quant influeix l'excés de sodi en la pressió, sí que se sap que una menor ingesta, sempre és més saludable.
- **Aprimar-se.** El sobrepès augmenta la pressió, ja que el greix dificulta que el cor bombegi correctament la sang.
- **Relaxar-se i evitar l'estrès.** Llegeix, practica ioga, descansa suficient, medita. Totes aquestes activitats activen el sistema nerviós parasimpàtic i disminueixen la freqüència cardíaca.

Si, no obstant això, després d'adoptar tots aquests hàbits saludables, la pressió arterial no millora, és millor que acudeixis a un professional de la salut perquè avalui el teu cas i t'apliqui el tractament i la dieta més adequada segons les teves necessitats. EVA REMOLINA

CLÍNICA DENTAL

Dra. Carmen Torrent

1a VISITA GRATUÏTA
FINANÇEM 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



TEL. 617 592 132

C/ APARICI, 2, 1ER 2A
CALDES DE MONTBUI

NUTRICIÓ I MEDICINA ESTÈTICA
MEDICINA FAMILIAR I COMUNITÀRIA
ANÀLISIS CLÍNICS LABORATORI ECHEVARNE

DILLUNS, DIMARTS, DIJOUS I DIVENDRES DE 8 A 10

HORES CONVINGUDES

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

Potatge de bledes i cigrons

El potatge que presentem és un plat molt tradicional apte per a vegans i vegetarians i a més, molt saludable.

Els ingredients que necessitem per a unes 4 racions són:

- 300 g de cigrons
- 1 kg de bledes (també pot preparar-se amb espinacs)
- 3 grans d'all
- 2 llesques de pa
- 1 llauna d'uns 200 g de tomàquet tamiat natural
- 1 culleradeta de pebre roig dolç
- 1 culleradeta de comí
- 2 claus
- sal
- oli.

Nota: Els cigrons hauran de posar-se en remull en aigua des de la nit anterior.

Preparació:

Rentar les bledes i tallar-les.

En una olla amb aigua i sal, tirar els cigrons, les bledes i els claus i bullirem durant una hora i mitja aproximadament, o fins que els cigrons estiguin tous.

Mentrestant, en una paella, fregim amb poc oli, l'all prèviament laminat fins que es dauri. També fregirem les llesques de pa.

En una batidora, triturarem el pa i l'all juntament amb una mica d'aigua de la mateixa cocció de les verdures, fins a aconseguir una crema.

A continuació i aprofitant la mateixa paella, fregirem durant uns pocs

minuts el tomàquet juntament amb el comí i un polsim de sal.

Quan veiem que està una mica fregit, afegirem la crema abans triturada, hi posarem el pebre vermell i deixarem coure un parell de minuts més.

Quan estiguin tendres els cigrons, afegirem a l'olla la mescla de la paella i remourem bé. Deixarem coure cinc minuts, rectificant de sal.

Servirem calent. EVA REMOLINA



na Madrona

Restaurant

Consulta la nostra carta
de menjar per emportar



www.namadrona.com

938 626 831 - 662 477 727

c/ Canal, 8 - Caldes de Montbui

Carns Llonch

Casa centenaria



Servei a domicili

Pi i Margall, 62 • Tel. 93 865 03 46

Caldes de Montbui

Presets

CANSALADERIA
XARCUTERIA
CA L'AMALIA

Elaboració pròpia

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

RESTAURANT XINÈS PEKIN

Novetat: **SUSHI**

Gaudeix 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

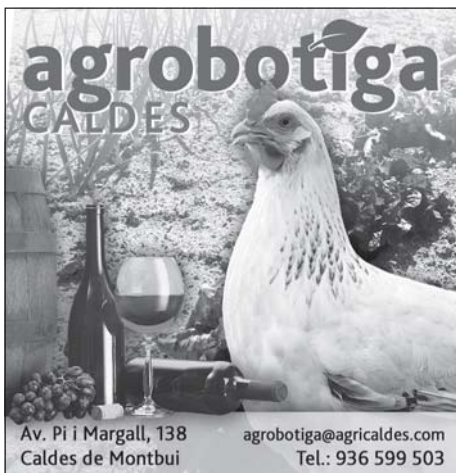
tall

• Perruqueria unisex •

Mònica Sanchez

c/ Santa Teresa, 6
Telf. 93 031 47 43
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

NET BULLON Empresa de neteja

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

FALTA PERSONAL

Tel. 630 943 851



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

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

Es necessita per Restaurant, **ajudant de cambrer/a o cambrer/a**, per jornada completa o mitja jornada.

Horari flexible. Tel. 93 864 89 41

Es busca renta plats pels caps de semana per restaurant.

Tel. 93 864 89 41.

Reflexions

La família

Vaig ensopegar al carrer, sense voler, amb un estrany que passava, i li vaig dir: "perdó". Ell va contestar: "disculpi'm" si us plau, no la vaig veure". Vam ser molt educats i vam acomiadar-nos tot seguint el nostre camí.

Més tard, quan estava cuinant, el meu fill estava molt a prop meu. En voltejar-me gairebé ensopego amb ell, i sense pensar-ho li vaig cridar: "Ves-te'n". Ell es va retirar entristit, sense que jo m'hagués adonat de la duresa amb què li vaig parlar. Abans d'anar-me'n a dormir sentia un pes al meu interior, tot pensant: "vas tractar un estrany cortesament, però vas abusar verbalment del nen que estimes".

En apropar-me a la cuina veig unes flors al terra, tocant la porta. En sentir-me miserable vaig començar a plorar.

Me'n vaig a la seva habitació i suaument m'acosto i m'agenollo al costat del seu llit tot dient-li: "Desperta't menut, desperta't". Son aquestes les flors que has tallat per a mi? "Ell va somriure i digué: "les vaig collir expressament per a tu perquè són boniques com tu, en especial la blava".

"Fill, sento molt el que vaig fer, no t'havia d'haver cridat". Ell em respon: "Està bé, mami. De totes maneres, jo t'estimo!". "Jo també t'estimo i m'agraden les flors, especialment la blava".

Si podem ser cordials i correctes amb el nostre proïsme, també podem ser-ho amb els qui ens estimen i ens envolten d'afecte. Pensa-ho!: qui està més a prop del teu cor que els membres de la teva família?

Abigail Casals

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

Dijous: 19,45h.: Temps de pregàries

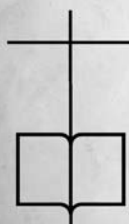
c/ **GEORGE LAWRENCE, 10**
- CALDES DE MONTBUI -

PROGRAMES DE TELEVISIÓ:

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

. Buenas Noticias TV:
Cada diumenge a les **9,15h per La 2.**

ESGLÉSIA EVANGÈLICA



OBERTS A DÉU,
OBERTS AL POBLE
DES DE 1880

25è aniversari del traspàs de NICOLÀS BANYULS GONZÁLEZ



Feble bufada és l'existència,
breu, efímera qual flor,
i tan sols té ciència,
qui dona al temps el seu valor.

Nom, fama, imperi, glòria,
res humà queda dempeus,
sols dura la victòria,
que s'assoleix per la fe.

Ha fet 25 anys que ens vas deixar,
però continues present entre
nosaltres.
T'estimem!

Els teus fills, néts i besnéts.

Caldes de Montbui,
21 de gener de 2022



A CINGLES SOM D'AQUÍ, COM TU.

Som un proveïdor de km 0 que està al teu costat. Gràcies al nostre servei de proximitat, oferim una atenció personalitzada a tots els nostres clients i una assistència tècnica les 24 hores durant els 365 dies de l'any.

Passa't a Cingles i gaudeix del nostre servei!