

**La Reobertura de la CEL és tot un èxit a la 2a Jornada d'Acció Climàtica** P6

**Famílies calderines demanen equips mixtos en el torneig**  
Rosario Sánchez P5

**Calderí, Farell i Montbui celebren la 2a trobada de "Formigues cooperatives"** P4

# TOT Caldes

de Montbui

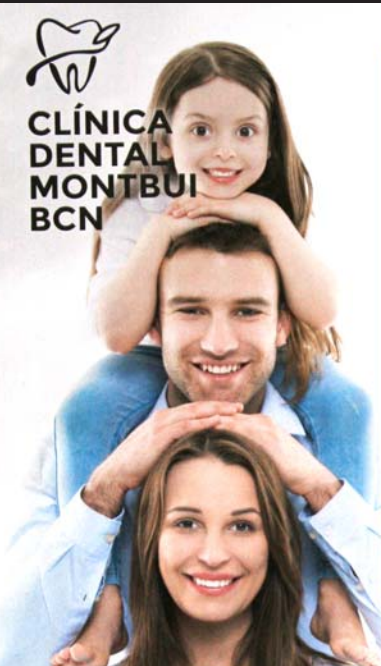


Núm. 1730  
Del 31 de març al 13 d'abril  
de 2023

Distribució gratuïta  
Any XXXVII



## Es fan públiques les primeres dades sobre l'espoli franquista a les entitats de Caldes



**PROMOCIÓ**  
LLUEIX EL TEU SOMRIURE  
AQUESTA PRIMAVERA

**15%**  
descompte

**EN BLANQUEJAMENT,  
ORTODÒNCIA  
I HIGIENE DENTAL**

Fins l'1 de juny per pressupostos nous.  
(Porteu l'anunci per obtenir el descompte)

**APROFITA-HO!**

**CLÍNICA DENTAL**



**MONTBUI BCN**

Avda. Pi i Margall, 71  
Caldes de Montbui  
Tel. 93 023 55 91 · 747 855 920

## Dijous 30 de març

19 h – Sala de Plens del Ajuntament  
Ple ordinari.

### 19 h – Cafè del Centre

La Jam del Centre, amb Pep Mula bateria; Miguel Pinxo Villar al saxo; Txema Riera als teclats i Esther Condal a la veu com a convidada.  
Preu: 8/10 euros.

## Divendres 31 de març

### 19.30 h – Altell del Centre

Inauguració exposició "Vivències" de l'artista uruguaià Salvador Valente.

### 20 h – Sala de les Cuines de Can Rius

"Sacsegem Caldes!". Parlem de les solucions pel comerç i empreses amb Joan Canadell, diputat i expresident de la Cambra de Comerç de Barcelona.  
Org. Junts-Caldes de Montbui.

### 21 h – Cases dels Mestres

Sopar ball. Org. L'Esplai.

## Dimarts 4 d'abril

De 8 a 13 h – Aparcament c/ Escoles  
Pies  
Estarà instal·lada la deixalleria mòbil.

## Fins al 9 d'abril

### Espai d'Art Casino

Exposició Internacional "Dones en complicitat V". Hi participen 72 dones de tot el món amb una obra seva de pintura o escultura.

### Sala Delger

Exposició "L'art a casa", pintures dels segles XVI-XX.

## Divendres 14 d'abril

### 19 h – Espai d'Art Casino

Inauguració de l'exposició col·lectiva d'ArtsGrup.  
Activitat gratuïta.

## Dissabte 15 d'abril

### 11 h – El Racó "Deliris"

Xerrada sobre la salut dels infants: tòxics ambientals, emocionals i mentals

(pantalles i tecnologies), problemes en el desenvolupament, neurodiversitat i neurodivergència, a càrrec d'Anna Casabayó.

Inscripcions:

sobiraniacaldes@gmail.com.

Org. Sobirania i Salut – Caldes de Montbui.

### 19.30 h – Casino

XIV Cicle de Musicasino.

Marta Shanti presenta el disc "On comença el camí".

Preu: 10/12 euros, estudiants 6 euros.

## Fins al 4 de juny

### Museu Thermalia

El Museu Thermalia acull del 12 de febrer fins al 4 de juny de 2023 l'exposició "Història de la festa de Sant Antoni Abat a Caldes de Montbui: 1667-2023, 356 anys documentats", una mostra que amb fotografies i textos, explica la història i les tradicions que s'han conservat fins a l'actualitat.

**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.

Membres associats de:

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

# La primera part de l'estudi sobre les víctimes de l'espoli franquista ha permès identificar els béns requisats a entitats

**L'**estudi "Les víctimes de l'espoli franquista a Caldes de Montbui, 1939-2023" ha de permetre posar llum a un dels episodis més tèrbols del final de la Guerra Civil. La investigació s'ha estructurat en dues parts. La primera part fa referència a les entitats i indústries que van ser víctimes d'aquest espoli. La segona part, que estarà finalitzada previsiblement a l'estiu, se centrarà en l'espoli sobre les persones físiques.

L'estudi, elaborat per Neus Moran Gimeno, doctora en història contemporània per la UB i investigadora de la Càtedra Josep Termes de la UB, ha permès identificar i documentar quins béns es van requisar, com es va dur a terme i, en alguns casos, determinar quin ha estat el destí d'aquest patrimoni. L'estudi també detalla el paper i la implicació de les autoritats municipals en l'assenyalament i l'execució de les requisas a les entitats qualificades d'enemigues i que van ser "extingides" pel franquisme.

Paral·lelament, ofereix la possibilitat a les entitats i els descendents de les persones afectades de disposar de documents que en futur es podrien fer servir en cas d'iniciar processos legals per recuperar el patrimoni espoliat. En el cas de l'Ajuntament, es reclamarà el retorn de les aproximadament 70.000 pessetes de l'època que es van espoliar dels comptes municipals, del menjador popular infantil o del Sindicat Agrari i la Caixa Rural.

La realització d'aquesta investigació és fruit de l'aprovació, el 27 de maig de 2021, d'una moció presentada conjuntament per ERC, la CUP, el PSC i Junts a instàncies del Centre, Ateneu Democràtic i Progressista. El text, presentat inicialment per la CUP, es va aprovar per majoria absoluta de 15 vots i l'abstenció del PP. La moció instava l'Ajuntament a assumir els treballs de recerca necessaris per reparar i rescabalar el que va suposar l'espoli al municipi.

A Caldes de Montbui s'han localitzat més de 180 procediments judicials militars i 28 expedients de responsabilitats polítiques incoats contra 53 persones domiciliades a Caldes, de les quals, 47 ja havien estat processades als jutjats militars. Entre aquests expedients destaquen els instruïts contra el Centre Democràtic i Progressista que, tot i que aparèixer indexat, no s'ha pogut consultar perquè està desaparegut a l'Arxiu Central de l'Audiència Provincial de Barcelona.



L'altra gran objectiu de l'espoli va ser el Sindicat Agrícola i Caixa Rural, la cooperativa pagesa més important del Vallès. A banda dels béns, també van ser espoliades les 55.900,79 pessetes que s'acumulaven als comptes de la Caixa Rural. Els reiterats intents de recuperar els diners han estat infructuosos fins al moment.

La documentació recuperada també ha permès identificar 4 empreses que van ser víctimes de l'espoli. Es tracta del taller de cistelleria de Ramon Poble Calveras i Eulàlia Tura Casas; la fàbrica de licors i bodega de Josep Fontcuberta Rogés; la impremta i litografia de Joan B. Poble Aguilera; i la foneria i fàbrica d'armaments de la Unió Metal·lúrgica i requisada durant la guerra a Isidre Pagès Riera.

## El Centre, Ateneu Democràtic i Progressista, un cas paradigmàtic

L'espoli en el cas d'aquesta entitat va ser especialment intens per considerar-la, literalment "el foco de todas les fechorías rojo-separtistas". L'edifici del Centre es va escripturar el 1919 amb una superfície de 436 m<sup>2</sup>, tot i que no hi ha constància registral de la possessió per la requisada dels documents de l'entitat i la destrucció del Registre de la Propietat de Granollers durant el conflicte bèl·lic. L'actual escriptura, després de la

requisa, fixa la superfície en 345 m<sup>2</sup>. Per tant, hi ha una diferència de 91 m<sup>2</sup> que indicaria la pèrdua d'una part de la propietat que, probablement, correspon al pati posterior.

Per la seva part, El Centre, Ateneu Democràtic i Progressista insta a l'Ajuntament a completar la segona fase de l'estudi, alhora que l'encoratja a acompanyar a l'entitat en tots aquells processos que li permetin recuperar el patrimoni que li va ser incautat.

Així mateix, i en nom de l'entitat, el president Jaume Pieres i Garcés manifesta la ferma voluntat de l'entitat de prendre totes les mesures escaients i iniciar els procediments respectius per tal de recuperar els 91 m<sup>2</sup> que El Centre va perdre i no ha recuperat.

## Les escoles el Calderí, Farell i Montbui celebren la segona trobada del projecte “Formigues cooperatives”

**E**l dimarts 21 de març, les escoles de primària del Farell, Calderí i Montbui, van celebrar al camp de futbol de Caldes una trobada dins del projecte “Formigues Cooperatives”. Aquest és un projecte telemàtic cooperatiu d'àmbit educatiu, on alumnes de diferents escoles de Catalunya, (actualment en participen 65), després d'experimentar reptes cooperatius, n'inventen de nous i els intercanvien amb la resta de centres.



Com a cloenda del projecte, les escoles de Caldes van organitzar la trobada del dia 21, amb la participació durant el matí de 130 alumnes de 4t a 5è de Primària, repartits en petits grups on van treballar diferents reptes cooperatius.

A més a més, a la trobada hi van col·laborar 50 alumnes de 4t ESO de l'institut Pic del Vent, ques'encarregaven d'organitzar els diferents reptes cooperatius.

Finalment, la colla dels Castellers de Caldes van participar en la trobada organitzant un taller a l'escola el Farell amb l'objectiu d'experimentar la pinya castellera amb el seu pilar corresponent.



### Anem al Casino

**2023** **XIV Cicle MUSICASINO** Vine al Casino!

**ABRIL 15**

**MARTA SHANTI**  
presenta disc  
**ON COMENÇA EL CAMÍ**

Lloc: Sala gran  
Hora: 19.30 h  
Preu: 10 - 12€  
Estudiants: 6€

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

## Famílies de les escoles de Caldes reclamen la finalització de la segregació per sexes del Torneig de futbol Rosario Sánchez

**A**mb dades d'aquest dimarts, més de 280 pares i mares de les diferents escoles de Caldes de Montbui, han signat un manifest que demana la finalització de la segregació per sexes del torneig de futbol Memorial Rosario Sánchez (que a partir d'aquesta edició passarà a anomenar-se Torneig Associació Futbol Sala).

Segons el comunicat, malgrat que el campionat impulsa els valors essencials en l'àmbit educatiu com són la cooperació, la solidaritat el respecte i la competitivitat sana, fins al dia d'avui, no es permet que nens i nenes juguin junts en un mateix equip.

A l'àmbit esportiu en l'àmbit amateur, federat i semiprofessional, fa tot just un any que no és obligatori dividir en masculí i femení i es permeten equips mixtos fins als 14 anys, i per aquest motiu les famílies signants no entenen la segregació per sexes en aquest campionat, ja que es tracta d'un torneig on els companys i companyes fan pinya i treballen els valors de companyonia tot defensant l'equipament de la seva escola; una escola Mixta.

També és una ocasió lúdica, de fer equip amb els companys i les companyes de classe que es veuen cada dia. Però amb les bases actuals, es pot donar el cas que hi hagi nenes que no arribin a formar equip i acabin jugant amb nenes d'altres cursos i no amb els seus amics i companys de classe.

Per aquest motiu, les famílies que han signat aquesta demanda, manifesten que és discriminatori i que vulnera la igualtat de gènere que en un torneig no oficial, de categories en edat escolar (prebenjamí a aleví), es permeti aquest nivell de vulneració dels drets de les nenes en les diferents escoles, que limita poder jugar juntament amb els seus companys de classe i obligar-les, en cas de no ser suficients, a barrejar-

se amb altres nenes de diferents categories.

Aquest fet no només vulnera la llei d'igualtat, sinó que destrueix l'objectiu primer del futbol en edat escolar, que no és altre que la cooperació, el respecte i el joc col·laboratiu, valors que, d'altra banda, són presents al Torneig A.F.S. des del seu inici.

A part, no fer-ho mixt ensenya als més petits que nens i nenes no tenen les mateixes oportunitats, fins i tot en edats

on nens i nenes tenen qualitats físiques molt similars.

Finalment, les famílies agraeixen als organitzadors/es del Torneig Associació Futbol Sala la tasca del foment de l'esport que estan fent a Caldes de Montbui i els demanen que reflexionin i permetin equips mixtos en tots els grups de totes les escoles, posant aquest torneig a l'ordre del dia en matèria d'igualtat.



## Un taller d'autoconstrucció i la jornada de portes obertes de l'1 d'abril marquen el final de la construcció de l'Habitatge Jove

**U**n cop finalitzades les obres de construcció de l'Habitatge Jove s'ha programat una Jornada de portes obertes per presentar el nou equipament a la ciutadania i dos tallers d'autoconstrucció per acabar de condicionar l'espai comunitari exterior dels pisos.

Com a part de la programació de portes obertes per presentar l'equipament a la ciutadania que tindran lloc el dissabte 1 d'abril de 10 a 14 h, es proposen dos tallers participatius durant els quals es faran tasques en l'espai exterior dels habitatges joves.



**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



## La II Jornada d'Acció Climàtica reuneix centenars de persones interessades en entrar a formar part de La CEL de Caldes

**L**a II Jornada d'Acció Climàtica ha superat les expectatives. Durant el matí de dissabte 25 de març, es van registrar 223 inscripcions noves a La CEL de Caldes. Es tracta de famílies que van fer el tràmit necessari per entrar a formar part de la Comunitat Energètica Local en la Modalitat A. És a dir, l'opció destinada a la ciutadania que vol accedir a l'electricitat fotovoltaica generada per les instal·lacions municipals.



Durant tota la jornada, els responsables de l'Oficina d'Acció Climàtica van recollir la documentació necessària per accedir a La CEL. També, durant el matí, un equip de l'Oficina d'Atenció a la Ciutadania habilitat especialment per aquest acte va iniciar el tràmit administratiu de les persones interessades.

Fins el 3 de maig es poden presentar les sol·licituds per entrar a la Modalitat A, un tràmit que es pot fer de forma telemàtica o bé, de forma presencial a l'Oficina d'Acció Climàtica de l'Ajuntament (amb cita prèvia). Un cop acabi el termini per presentar les sol·licituds, s'adjudicaran les 200 noves places disponibles en aquesta modalitat segons els criteris establerts a la normativa. En total, en els propers mesos, més de 300 famílies podran disposar d'1kWp de potència d'energia renovable a les seves llars per estalviar i reduir el consum de la facturació de la llum.

Les sol·licituds per entrar a la Modalitat B de la CEL, la destinada a empreses, entitats i particulars que disposin d'instal·lació fotovoltaica pròpia, estan obertes durant tot l'any. Amb aquest

tràmit poden optar a la subvenció municipal. De fet, durant la Jornada es va anunciar que degut a l'èxit de l'any passat (amb més de 70 inscrits en aquesta modalitat) aquest any s'ha duplicat la partida al pressupost



municipal destinat a aquesta ajuda per no deixar cap sol·licitud sense subvenció.

La plaça de Catalunya va acollir diverses activitats infantils, exposicions i tallers per acostar les energies renovables a la població i a les famílies. Entre les més destacades, el joc d'escapada "Qüestió de temps", una experiència vivencial sobre el canvi climàtic que es desenvolupava per grups dins d'una gran bombolla de plàstic. També hi havia un espai destinat a la difusió de la mobilitat elèctrica amb una mostra de bicicletes i motos elèctriques. En aquest sentit, es van recollir una quarantena de formularis de persones interessades en la Cel Mobilitat, el projecte que preveu la posada en marxa d'un nou servei de l'Ajuntament de cotxe elèctric compartit al municipi.

L'acte central de la Jornada va servir per fer una reflexió sobre la necessitat de

posar en marxa mesures de transició energètica destinades a fer front al canvi climàtic. Així ho va plantejar en la seva conferència el meteoròleg de TV3 i Catalunya Ràdio, Enric Agud. L'acte també va comptar amb la participació de

representats de municipis de l'Associació de Municipis de l'Eix de la Riera de Caldes (AMERC) que van intercanviar experiències en matèria de transició energètica. La taula rodona, moderada per l'alcalde de Caldes de Montbui, Isidre Pineda, va comptar amb la participació de l'alcalde de Polinyà, Javier Silva; el regidor de Desenvolupament Local, Habitatge, Canvi Climàtic i Transició Energètica de Santa Perpètua de Mogoda, Sergi Hernández; i la regidora de Medi Ambient i Sostenibilitat de la Llagosta, Isabel M. Rodríguez. L'acte va comptar també amb la participació d'Assumpta Farran, directora general d'Energia de la Generalitat de Catalunya.

Nou establiment

### Bambú Moda

c/ Avel·lí Xalabarder, 45  
tel. 697 704 956  
CALDES DE MONTBUI

Vine a veure'ns amb un TOT Caldes  
i tindràs un 10% dte.

Bambú



Moda

@bambumoda.es

## Una setantena de persones participen en la jornada de reflexió sobre la vellesa

**H**a tingut lloc la primera jornada “Caldes, vila amiga de les persones grans”, una activitat destinada a la reflexió constructiva i positiva sobre aquesta etapa vital.

Les dinàmiques proposades, a les quals ha participat una seixantena de veïns i veïnes, han tingut lloc a la sala Pilar Aznar i López de Les Cases dels Mestres, un espai àmpliament dinamitzat pel col·lectiu des de la seva inauguració el passat octubre.

Han inaugurat la jornada l'alcalde, Isidre Pineda, i la regidora de Gent Gran, Núria Carné, a les 9.30 h, per després donar pas a una taula rodona protagonitzada per persones grans actives amb una experiència singular en diferents àmbits (els estudis, el voluntariat, l'art o l'esport, entre altres).

En aquest espai moderat per la directora de la Fundació Santa Susanna, Assumpció Ros, han aportat el seu testimoni: Jordi Martí (metge jubilat i actualment estudiant d'Història de l'art), Josep Ayguasanosa (jubilat i actualment impulsor d'un projecte d'oli), Virgínia

(defensora de l'esport com un hàbit per un envelliment saludable), Ramon Prat (expert en la cura dels nets), M. Luz Escutia (voluntària en projectes mediambientals i socials).



A la taula rodona l'ha seguit la creació de grups de debat dinamitzats amb la col·laboració de la Fundació Santa Susanna a través del quals s'ha reflexionat sobre la les necessitats de pertinença social i comunitària, amb l'objectiu de generar mirades transformadores, positives i engrescadores.

Per il·lustrar la jornada i les reflexions recollides, l'artista Maria Calvet ha fet un visual thinking durant la sessió, una tècnica que organitza idees a partir d'imatges simples i textos curts per transmetre missatges amb un cop d'ull.

### Recull d'idees positives a l'entorn de la vellesa

Les conclusions del debat es convertiran en un recull d'idees i missatges positius relacionats amb les persones grans i la seva interacció amb el seu entorn i el seu temps. Són missatges que tenen per objectiu acabar amb els estereotips limitants a l'entorn de la vellesa.

Aquesta jornada neix com a proposta d'actuació de la Comissió ciutadana vinculada al projecte Caldes de Montbui, ciutat amiga de la gent gran, com acció per donar-li continuïtat i amb l'objectiu de reflexionar i avançar cap a un envelliment actiu i en positiu.

La primera jornada “Caldes, vila amiga de les persones grans”, té previst finalitzar aquesta tarda amb un espai lúdic a càrrec del grup Amics del Teatre del Casal el Bon Caliu de Bigues i Riells del Fai, que oferirà l'obra de teatre Els embolics del Sr. Ministre (a les 16 h, a Les Cases dels Mestres, amb accés lliure).

## Dia Mundial del Teatre al Casino

**A**quest dilluns es va celebrar al Casino de Caldes l'acte Institucional del Dia Mundial del Teatre.



Va intervenir el president de la Federació d'Ateneus de Catalunya, l'actor Pep Callau, que va llegir el manifest i va haver-hi una breu i còmica actuació del GEC jove i un fragment de monòleg de l'actriu Rosa Andreu.



## L'Ajuntament i APINDEP signen l'acord per destinar un habitatge municipal a persones amb diversitat funcional

**L**a Societat Cooperativa de Consumidors i Usuaris APINDEP Ronçana i l'Ajuntament han signat el conveni que permet destinar a lloguer social un habitatge de propietat municipal. En concret, es tracta d'un pis de 85 m2 ubicat al carrer de Sant Pau que es destinarà de forma immediata a persones amb diversitat funcional.

L'habitatge, que disposa de 4 habitacions, 2 banys i una àmplia terrassa, ha permès l'entrada immediata dels nous inquilins. Segons estableix el conveni, APINDEP disposarà de l'habitatge durant 7 anys que es poden prorrogar 3 anys més. En total, un màxim de 10 anys. L'acord té com a objectiu facilitar l'accés a l'habitatge de les persones amb diversitat funcional del municipi.

Aquest conveni/contracte de lloguer que ha signat l'Ajuntament amb aquesta cooperativa forma part del projecte pilot

"Mi Casa: una vida en comunidad" que gestiona, entre d'altres, APINDEP. Una iniciativa que ha rebut el suport econòmic

dels fons Next Generation per fomentar la plena inclusió de les persones amb diversitat funcional.



## "Vivències". Salvador Valente exposa a l'espai "l'Altell del Centru"

**L'**artista internacional Salvador Valente (Uruguay) arriba a "l'Altell del Centru", el nou espai d'expressió artística de l'Ateneu del Centre Democràtic i Progressista, el proper divendres 31 de març, on es durà a terme l'acte d'inauguració de "Vivències" a les 19:30h i estarà exposant fins el dia 23 d'abril.

Valente, nascut a Montevideo a l'any 1945, ens presenta 28 obres de petit i mitjà format que convinen l'estil figuratiu i abstracte, amb la tècnica d'oli amb pols de marbre sobre tela. Unes vivències personals que es veuen plasmades en totes elles.

L'artista Salvador Valente, resideix actualment a la capital catalana, i imparteix classes en el seu taller on també aprofita per crear les seves obres, i impartint conferències sobre les arts plàstiques uruguaianes al Casal d'Uruguay a Barcelona.

Així doncs, arriba a Caldes de Montbui, un artista amb una dilatada trajectòria i que te exposades les seves obres en diverses ciutats catalanes com El Vendrell, Pineda de Mar, La Garriga o Figueres.

Fora del nostre país, també té obres a la seva natal Montevideo o Managua.



# Caldes, sense anar més lluny.



**A**l llarg dels anys col·laborant en premsa i ràdio en temes d'història o d'excursions, des de diversos llocs, quan s'ha tractat d'ensenyar Barcelona o Catalunya a gent que venia de fora, m'han demanat ajuda i he portat gent de tota mena per tot arreu, alguna vegada per algun congrés o jornades, però sovint en grups de tres, quatre o cinc persones, de visita, trencant-me el cap en si aquests potser els hi farà més patxoca Montserrat, o tals altres Cadaqués, cada visita, un problema.

No és fàcil un país tan complex com el nostre, en un dia, donar-los la visió que voldríem. Barcelona està ben fàcil, són quatre indrets tòpics i típics que el mateix visitant reclama i generalment amb La Rambla, el passeig de Gràcia amb la Pedrera, la Sagrada Família i l'Hospital de la Santa Creu i de Sant Pau, així, tot en línia, ho remates en un matí.

Durant anys em trencava la closa fora ciutat, si el Monestir de Poblet, si

Figueres i Dalí, la Tàrraco romana... fins que fa un temps vaig trobar la solució: Caldes, sense anar més lluny.



A mitja hora de casa, inclús amb bon servei regular d'autobús si cal, bon paisatge pels voltants, natura, l'atractiu de l'aigua termal que sorprèn, els orígens romans, hi ha romànic, gòtic i barroc, una església pensada per ser la Catedral del Vallès, muralles, entorn de la riera, un molí, una ermita, el pont, els Safareigs, Call Jueu, modernisme, museu, la singularitat de les llambordes, racons fotogràfics, entitats centenàries, tradició, art, tot plegat en un matí que acabo amb la gola vermella de tant explicar, a través de Caldes, la història de Catalunya i totes les seves guerres que van passar per aquí, com el procés industrial o l'evolució de les artesanies, la demogràfica, etc.

Just per a seure a la taula i dinar, i aquí tinc també una oferta gastronòmica prou àmplia com per, havent esbrinat com té de fi el morro el visitant, portar-lo a un lloc o a un altre, que sortosament en tinc per a tots els gustos i triomfaré.

Rematant la sobretaula, encara segons en gust de l'interessat, puc portar-lo a comprar carquinyolis si és de la colla del dolç, o embotit si tira cap a la del salat, a més haurà estat una visita sense empentes ni rodolons, sense cues i turisme massiu en un dia entre setmana, i encara retornarem en tranquil·litat i sense enrenous.

Sol passar sovint i un dia se'ns apareix la llum; ens compliquem la vida quan tenim les solucions a l'abast de la mà, davant dels morros, tants anys pensant i la solució no podia ser més fàcil, mirar cap al meu bressol i veure el món per un forat, des de llavors, quan em diuen de donar una idea cabal a uns visitants de Catalunya, ho tinc ben clar: Caldes, sense anar més lluny.

Joan Pallarès-Personat

## Assemblea General de la Coordinadora de Colles Castelleres de Catalunya

**E**l dissabte 25 de març, Caldes de Montbui va acollir l'Assemblea General Ordinària de la Coordinadora de Colles Castelleres de Catalunya (CCCC). Aquesta és una entitat cridada a representar els interessos comuns de les colles castelleres, especialment promocionar el món casteller i sobretot garantir que l'activitat castellera estigui coberta per pòlisses d'assegurances adequades.

Aquest esdeveniment estatutari, com és l'Assemblea General Ordinària de l'entitat que representa el Món Casteller, es celebra cada any en una població diferent, amb l'objectiu d'apropar a tots

els representants del món casteller el patrimoni de cadascuna d'aquestes viles, i ser un punt de reunió per a tractar els objectius anuals com a col·lectiu. Els Castellers de Caldes, van presentar la proposta de ser els organitzadors l'any 2021, en el marc dels 25 anys de la colla, però per culpa la pandèmia no va ser possible. Enguany, la proposta s'ha recuperat i la Junta de la CCCC ha encoratjat als Escaldats i ha donat l'aprovació i l'oportunitat a Caldes de Montbui per mostrar el seu poble termal i les seves arrels a tots els companys del fet casteller a Catalunya.

La jornada es va iniciar a les 11 h amb una visita guiada a càrrec del museu Thermalia, on la gent va poder conèixer el nucli antic del poble, la Font del Lleó, les Termes Romanes i una bona part del museu.

A continuació, hi va haver un dinar a peu dret amb tots els assistents a l'Espai Can Rius.

A les 16:30 h i com a única convocatòria, va tenir lloc l'acte principal de la jornada, l'Assemblea General Ordinària al Casino de Caldes, on hi van assistir 2 representants de cadascuna del centenar de colles que hi ha actualment al món casteller.

## El cortisol, l'hormona de l'estrés



**Què és i què fem amb ell?**

**E**l cortisol és l'hormona que està més directament relacionada amb l'ESTRÉS.

Si ens centrem a nivell biològic, la podem definir com una hormona glucocorticoide, que s'encarrega de la regulació del metabolisme de carbohidrats, afavorint la formació de glucosa i suprimint l'activitat del sistema immunitari.

El nostre cos genera el cortisol com a mecanisme de protecció, quan detecta una amenaça i acostuma a produir-se més durant el dia per estar alerta davant possibles situacions amenaçants i disminueix el seu nivell a les nits.

Així doncs, el cortisol és una hormona protectora que fa posar-nos en alerta quan detectem una amenaça i poder actuar de manera activa. Però què passa quan detectem com a amenaçants situacions que realment no ho són? Doncs que tenim un extra d'alliberació de cortisol, generant efectes col·laterals negatius pel nostre cos i la nostra ment.

Això és el que passa amb l'ansietat: el nostre cos es prepara per a fer front a una amenaça, alliberant cortisol en grans quantitats i de manera contínua.

Uns nivells alts de cortisol, puntualment, són beneficiosos per a tenir una reacció acurada davant una situació real de perill, però el problema és quan els nivells són massa alts al llarg del temps, ja que una de les conseqüències que es poden generar és la supressió del sistema immunitari, per tal d'estalviar energia, a més de provocar un augment d'histamina, el qual explicaria per què la gent acostuma a emmalaltir quan està amb estrès.

### **Posem un exemple:**

Un nivell d'activació regular és òptim per a fer front a les situacions que vivim en el nostre dia a dia. El nostre cos i la nostra

ment han d'estar preparats per actuar d'una manera acurada si es dona una amenaça real. Imagina que estàs a casa teva i comences a olorar a fum... i t'adones que s'ha calat foc un interruptor... el teu cap i el teu cos han d'estar prou actius per a actuar en conseqüència (que estiguessin totalment relaxats no seria adequat tampoc perquè la teva reacció seria molt més latent). Però si el teu nivell d'activació és massa elevat, probablement la teva resposta tampoc serà adequada, ja que actuaràs de manera atropellada, sense coherència, potser impulsivament...



Tots tenim el nostre nivell d'activació òptim, personal i particular per a cada moment concret.

El problema doncs es genera quan aquest nivell d'activació és massa elevat durant un període llarg en el temps. Les nostres defenses baixen, tendim a emmalaltir més, afegit, està clar, a tenir una reacció de conducta poc adequada.

Així doncs, és un problema tant l'excés com el dèficit de cortisol, ja que en tots dos casos altera el funcionament de l'organisme (a nivell biològic) i la nostra resposta davant de les amenaces o situacions.

Ara ja sabem que tenir un grau òptim d'activació és necessari, que un nivell

massa baix o massa alt, o massa perllongat en el temps, ens complica el dia a dia... Ara bé. Què fem per arribar a aquest nivell òptim???

A la teràpia cognitiva - conductual hi ha 4 factors implicats:

SITUACIÓ — PENSAMENT  
AUTOMÀTIC — EMOCIÓ —  
CONDUCTA

Tendim a pensar que una determinada situació ens genera una emoció concreta... però la realitat és que és el SIGNIFICAT QUE LI DONEM a aquesta situació, el que ens fa sentir d'una manera o l'altra (però d'això si us sembla bé, en parlem un altre dia, i ens endinsem en el fantàstic món de la teràpia cognitiu - conductual).

### **Centrem-nos ara a baixar el cortisol. Què puc fer?**

Canviar la situació? Si la puc canviar fantàstic... però i si no... Canviar el pensament que tenim d'aquesta situació? Acostuma a ser el més funcional i més beneficiós a llarg termini. També és el que costa més de dur a terme.

Canviar l'emoció? Podem rebaixar el nivell de cortisol a través de respiracions profundes, tècniques de relaxació, sortint a fer esport... Canviar la conducta? Podem veure com reaccionem i canviar el registre de comportament, tot i seguir neguitosos...

Com veieu, la millor manera de baixar el cortisol és trobar una fórmula que barregi les quatre variables... una mica de cada, però sobretot, escoltant al teu cos i estant al cas del senyal que t'envia prèviament avisant que el teu nivell de revolucions està a punt de sobrepassar-se. És aquí on hem de començar a actuar.

### **Pensem una mica... què faries tu per baixar el cortisol???**

Vanessa Olmos  
Psicòloga



# L'Ajuntament informa

## Subvencions per al pagament del lloguer o cessió d'ús

S'obre la convocatòria per a la concessió de les subvencions per al pagament del lloguer.

El termini de presentació de sol·licituds per a les persones que a la data de publicació d'aquesta convocatòria tinguin 35 anys o menys, s'inicia el 23 de març de 2023 i finalitza el 5 d'abril, ambdós inclosos.

El termini de presentació de sol·licituds per a les persones que a la data de publicació d'aquesta convocatòria tinguin de 36 a 64 anys o tinguin 65 anys o més, s'inicia l'11 d'abril de 2023 i finalitza el 12 de maig de 2023, ambdós inclosos.

Consulteu tota la informació vinculada a aquest tràmit al web d'habitatge de la Generalitat de Catalunya o a l'Oficina d'Habitatge de l'Ajuntament de Caldes de Montbui.

## 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

## Aula d'Art. Taller d'Art per a infants amb necessitats educatives especials

El Taller d'Art Municipal Manolo Hugué ofereix una nova proposta educativa per infants de primària i secundària amb necessitats especials.

Consulteu grups i horaris al web del Taller d'Art.

## Un cop de mà. Rumia i encerta-la. Març 2023

El Centre de Normalització Lingüística publica de forma mensual un qüestionari lingüístic breu on s'han d'omplir buits, triar opcions i escriure solucions.

Per accedir al qüestionari lingüístic Un cop de mà. Rumia i encerta-la! cliqueu a l'enllaç que trobareu al web cpnl.cat

## La deixalleria mòbil s'instal·larà el dimarts 4 d'abril, 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

## L'OMIC informa: El preu oficial de l'ampolla de butà és de 16.79 euros

L'OMIC informa que el preu oficial de l'ampolla de butà, des del 21 de març és de 16,79 euros, el que suposa una baixada del 4,9 % respecte el preu anterior.

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

## Cursos del Taller d'Art Municipal Manolo Hugué. 3er trimestre

El Taller d'Art ofereix uns tallers anuals per infants, joves i adults i trimestrals per adults, d'abril a juny de 2023.

Inscripcions del 13 al 24 de març, de forma telemàtica o presencial al Centre Cívic.

Més informació a:

www.caldesdemontbui.cat i

www.tallerdartmanolohugue.cat

## Llista d'ofertes de feina actualitzades el: 24/03/2023

| Núm.   | Oferta                                                                          |
|--------|---------------------------------------------------------------------------------|
| 341706 | MOSSO/A DE MAGATZEM                                                             |
| 341627 | PALETA                                                                          |
| 341625 | COMMUNITY MANAGER                                                               |
| 341268 | DIRECTOR/A AGÈNCIES                                                             |
| 341260 | OPERARI/ÀRIA DE PRODUCCIÓ                                                       |
| 341255 | AUX. SOCIO SANITÀRIA / AUX. INFERMERIA (RESIDÈNCIA)                             |
| 340968 | ADMINISTRATIU/VA D'OPERACIONS I VENDES                                          |
| 340785 | MANICURISTA I PEDICURISTA                                                       |
| 340621 | AUXILIAR ADMINISTRATIU/VA                                                       |
| 340462 | AJUDANT DE CUINA (CAPS DE SETMANA)                                              |
| 340390 | CAMBRERS/ES (CAP DE SETMANA)                                                    |
| 340197 | ATENCIÓ AL PÚBLIC EN COMERÇ ESPECIALITZAT (CAPS DE SETMANA)                     |
| 340066 | AJUDANT D'AUXILIAR DE GERIATRIA                                                 |
| 339986 | CUINER/A                                                                        |
| 339156 | CUSTOMER SERVICE EXPORT                                                         |
| 338334 | PROFESSOR/A FP MECÀNICA INDUSTRIAL (REQUISIT PPAL: ENGINYERIA TÈCNICA O INDUST) |
| 338332 | PROFESSOR/A FP ESTÈTICA (ES REQUEREIX LLIC/GRAU QUÍMICA, BIOLOGIA O FARMÀCIA)   |

Podeu consultar i inscriure-us a les ofertes actualitzades al web [xaloc.diba.cat/ofertes-de-feina](http://xaloc.diba.cat/ofertes-de-feina)

Per qualsevol consulta, podeu contactar amb la Piqueta trucant al 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](http://www.caldesdemontbui.cat), per tal de no perdre la oportunitat de formar part dels processos de selecció que siguin d'interès per a les persones que cerquen ocupació.

## Homenatge per als ciutadans calderins que compleixen 100 anys

L'Ajuntament fa una crida a les famílies calderines amb avis centenaris que estiguin interessades en fer-los un homenatge. Contacteu amb l'Alcaldia trucant al número de telèfon 938627027 o bé adreçant un correu electrònic a:

[alcaldia@caldesdemontbui.cat](mailto:alcaldia@caldesdemontbui.cat)



[www.caldesdemontbui.cat](http://www.caldesdemontbui.cat)

f [facebook.com/ajuntamentcaldesdemontbui](https://facebook.com/ajuntamentcaldesdemontbui)

t @AjCaldesMontbui

ajcaldesdemontbui



**Ajuntament de Caldes de Montbui**



FARMÀCIES

## Tarruell

c/ Montserrat, 30 – Tel. 93 865 09 97

## Montbui

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

## Hàbits que acceleren el teu envelliment

**S**i bé el procés d'envelliment resulta inevitable, és important tenir en compte que el nostre estil de vida influeix considerablement en el ritme al qual envellim.

El que cal evitar:

### **Tabaquisme.**

Danya cada cèl·lula de l'organisme, incrementant el ritme al qual envellim.

### **Sedentarisme.**

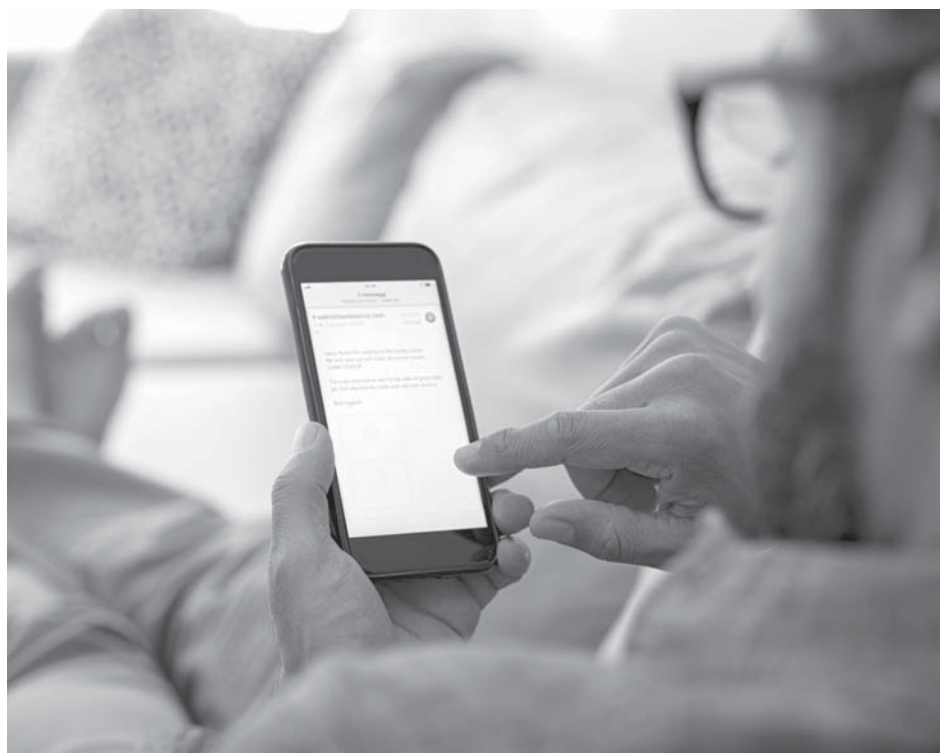
Un molt baix nivell d'activitat física s'associa a un envelliment més accelerat i a major risc de mort.

### **Consum d'alcohol elevat.**

Accelera el procés d'envelliment, reduint els antioxidants. És fonamental triar aigua com a beguda principal.

### **Alta ingesta de sucres.**

Pot comportar un increment en les possibilitats de sofrir patologies que poden restar-nos anys de vida.



### **Escàs consum de fruites i verdures.**

Són font de nutrients que s'han associat a un menor envelliment, a una major qualitat de vida i menor risc de mort. No ingerir-los pot provocar un envelliment prematur.

### **Elevada ingesta de sal.**

Pot repercutir negativament en molts òrgans del nostre cos, comportant una pitjor qualitat de vida i accelerant l'envelliment.

### **Dormir malament.**

Produeix canvis en el nostre cos, concretament en la nostra flora intestinal, que té un rol clau en el nostre procés d'envelliment.

### **Prendre el sol de manera desmesurada i descurada.**

L'exposició als raigs solars pot oferir molts beneficis, però si no es fa amb cura, pot accelerar l'estrès oxidatiu en el nostre organisme i accelerar l'envelliment.



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 CONJUNGUDES

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

c/ Forn, 23 2n pis - CALDES

Tel. 93 865 44 86

**ESPAI ORIGEN**

Centre de teràpies i autoconeixement



Teràpia Gestalt (individual o parella)

Especialitzats en gestió de l'estrès

1ª Sessió Gratuïta

Cursos i tallers disponibles. Informa't sense compromís

Avda. Pi i Margall 124, 3er 4ª - Caldes de Montbui

Tel. 601 261 691 - [www.espaiorigen.com](http://www.espaiorigen.com)

## Per què és tan important promoure la salut en el lloc de treball

**E**l lloc de treball té un impacte directe en la salut de les persones, ja que aquestes passen gran part del seu temps en ell. És l'escenari perfecte per a promoure un estil de vida saludable i ajudar a millorar la salut dels treballadors d'una empresa. Amb l'escassetat de mà d'obra i un alt percentatge d'empleats que sofreixen problemes de salut i malalties cròniques, hi ha bones raons per a invertir en la salut en el lloc de treball.

Segons la definició de l'OMS, "un ambient de treball saludable és un en el qual els treballadors i els ocupadors col·laboren en l'ús d'un procés de millora contínua per a protegir la salut, seguretat i el benestar de tots els treballadors i la sostenibilitat del lloc".

Cal recordar que les malalties cròniques tenen un pes cada vegada major degut, en part, a l'augment de l'esperança de vida i l'adopció d'estils de vida propis de països desenvolupats, entre altres.



Quatre factors principals són responsables de la major part de la càrrega de les malalties cròniques no transmissibles: el tabac, la mala alimentació, l'alcohol i la inactivitat física.

Aquests factors s'associen a problemes d'estil de vida que podrien modificar-se mitjançant un canvi de comportament o la influència d'iniciatives de promoció de la salut en el lloc de treball.

La promoció de la salut en el lloc de treball ha de ser el resultat dels esforços conjunts dels empresaris, els treballadors i la societat. Els resultats suposaran una millora per als empleats quant al seu benestar físic, psíquic, emocional, social i espiritual. A més, significa augmentar la productivitat de l'empresa i la qualitat de vida de les persones.

El repte per a les empreses sostenibles consisteix a trobar un equilibri entre el compliment dels objectius empresarials i les necessitats de salut dels empleats. I, per a això, poden comptar amb el suport de les associacions de pacients.

**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](http://www.clinicaalonso.com) - [info@clinicaalonso.com](mailto:info@clinicaalonso.com)

**saüc**  
PSICOLOGIA

- psicologia infantil, juvenil i adults  
- psicologia de l'esport

[www.saucpsicologia.com](http://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](mailto:vanessa@saucpsicologia.com)

**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

**XALABARDER**

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 CONVINQUDES**

**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](mailto:caldes@clinicamorales.net) | [www.clinicamorales.net](http://www.clinicamorales.net)

## Peus de porc en salsa

### Ingredients (per a 4 persones):

4 peus de porc  
2 cebes  
4 grans d'all  
2 pebrots verds  
4 tomàquets madurs pelats  
1 tassa de vi blanc sec  
2 tasses de brou de pollastre  
1 fulla de llorer  
1 branca de farigola  
1 branca de romaní  
2 cullerades d'oli d'oliva  
Sal i pebre al gust

### Preparació:

El primer que farem serà rentar els peus de porc i retirar els pèls i la pell i salpebrar al gust. A continuació, picarem totes les verduretets.

En una olla gran, posarem l'oli d'oliva a foc mitjà i afegirem els peus de porc per a daurar-los per tots els costats. Quan estiguin, retirarem els peus de l'olla i reservarem.

En la mateixa olla, afegirem les cebes, els alls i els pebrots verds i sofregirem fins que les verdures estiguin tendres i orades.

Després, afegirem els tomàquets picats i cuinarem per uns minuts més fins que s'estovin.

Serà el moment de tornar a ficar els peus de porc a l'olla i afegirem el vi blanc. Cuinarem fins que el vi es redueixi a la meitat.

Afegirem el brou de pollastre, la fulla de llorer, la farigola i el romaní. Barrejarem tot i portarem a ebullició, a foc lent durant unes dues hores o fins

que els peus de porc estiguin tendres i es desprenguin fàcilment de l'os.

Una vegada que els peus de porc estiguin cuits, els treurem de l'olla i passarem la salsa per un colador o un passapurés per a treure les restes d'ossos i verdures.

Tornarem a posar els peus juntament amb la salsa colada, i deixarem quinze minuts més per a que la salsa pugui espessar.

Servirem els peus de porc amb arròs blanc, amb patates o amb qualsevol altre acompanyament que es desitgi. E.R.



**MENÚ DIARI I  
CAP DE SETMANA**  
**Els millors "callos"  
de Caldes**

Avda. Pi i Margall, 59  
Tel. 655 663 425  
Caldes de Montbui

**LA TASQUETA**  
VERMUT & PINTXOS  
Plaça de l'Església, 7 - Caldes de Montbui  
Tel. 661 574 147

**tall**  
Perruqueria unisex

**Mònica Sánchez**  
C/ Santa Teresa, 6  
Caldes de Montbui  
646 19 40 07  
93 031 47 43  
Instagram icon



**CANSALADERIA  
XARCUTERIA**  
CA L'AMALIA

Elaboració pròpia

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

**RESTAURANTE CHINO  
PEKIN**  
COMIDA CHINA i SUSHI  
A DOMICILIO  
i PARA LLEVAR  
Tels. 93 862 63 99  
93 865 40 09  
Menú del día 8,75 i 9,95 euros  
c/ Aparici, 4 - CALDES



**Carns Llonch**

Casa centenaria



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**

**Es busca renta plats pels caps de semana per restaurant.**  
Tel. 93 864 89 41.



**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 VEN HORT**  
**Hort de 225 m2** situat a les Hortes de Munt (Passeig del Remei), amb dret a reg els dimarts. Raó: **626 13 14 05.**

## Reflexions

### El missatge de la resurrecció

Imaginem com s'haurien d'haver sentit els deixebles quan Jesús va morir? Ho havien deixat tot per aquest home, l'havien estat seguint durant tres anys, havien posat les seves esperances i els seus somnis en les Seves idees, ...

Però no només això: havien sentit totes les coses increïbles que va dir. Els digué que Ell "era" abans que Abraham visqués. Va declarar que Ell era l'únic camí per arribar a Déu, la veritat i la vida. Els havia dit coses tan meravelloses, i ara estava allí, penjant en una creu, mort. Com explicar això?. Els deixebles estaven perplexos, espantats i completament destrossats. Només una cosa podria canviar la situació i encoratjar nova vida als seus malmesos esperits. I...Gloria a Déu!!, aquesta cosa vital vingué en el crit d'un emocionat germà que va córrer cap a ells, tot cridant: "Jesús és viu! Ell és viu! Jesús havia vençut la mort.

Per a la humanitat, la mort sempre ha estat la fi inevitable. En aconseguir la victòria sobre la mort, Jesús va provar que Ell era qui va dir ser. En demostrar el seu poder sobre el temor més gran de l'ésser humà, es va mostrar a la humanitat com el seu més gran amic, Salvador i Senyor. La seva resurrecció és la primícia i garantia de resurrecció pels qui el reconeixen com el seu Salvador. Considerem novament avui la història fresca i nova: Jesús viu. Proclamem la seva victòria.

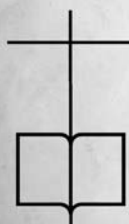
Que tinguis un feliç dia!

**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 9,30h per La 2.

### ESGLÉSIA EVANGÈLICA



OBERTS A DÉU,  
OBERTS AL POBLE  
DES DE 1880

## La targeta vermella per a estrangers, què és

La targeta vermella és un document que permet a una persona estrangera que prové d'un país en conflicte o desastre natural a romandre a Espanya mentre espera una resolució d'asil o protecció internacional.

La durada d'aquesta targeta és de sis mesos, prorrogables per períodes de sis mesos fins que l'asil sigui ferm, o en defecte d'això, fins que aquest sigui denegat, moment en el qual deixaria de tenir validesa.

La targeta, tot i no ser un permís de residència ni treball, sí que permet poder treballar al cap de sis mesos de tenir-la, així com de realitzar uns altres tràmits necessaris en el dia a dia com obrir un compte bancari o matricular-se en un centre educatiu, entre altres.

Per a sol·licitar la targeta vermella, cal demanar cita en una oficina d'estrangeria i presentar-se el dia concertat amb la següent documentació: passaport, certificat d'antecedents penals i model de sol·licitud EX-10.

Passar una entrevista on se li demanarà a l'estranger informació de quina és la seva situació i els motius de la seva petició.

En el termini d'uns trenta dies, l'organisme competent ha d'admetre a tràmit o no l'expedient.

**per ser**  
de l'electra  
**contracta!**  
la fibra amb cingles  
**i tindràs**  
per sempre!

**5%**  
de descompte  
a la teva tarifa de fibra

---

gràcies  
per la teva confiança!

