

El 2022 Caldes va generar 270.000 quilos menys de residus P4

Caldes de Montbui es situa a la franja alta de l'índex socioeconòmic territorial P3

L'Oficina d'Habitatge ha gestionat més d'1,1 milions d'euros en ajudes P5

TOT Caldes

de Montbui



Núm. 1748

Del 25 d'agost al 7 de setembre de 2023

Distribució gratuïta
Any XXXVII



L'Ajuntament ha invertit 14.000 euros en el manteniment i millora de 12 km de camins per a la prevenció d'incendis



ClínicaDental

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

Cirurgia oral

Implants | Pròtesis

Ortodòncia infantil i adults

Emblanquiment dental

Radiologia digital

Tel. 93 865 38 80

Torres i Sayol, 27 -1r -1a

08140 Caldes de Montbui

caldes@clinicamorales.net

www.clinicamorales.net



Itineraris de senderisme

- 

1 Sender PR-C 9

Prop de Caldes transcorre el GR-5 que va des de Canet de Mar fins a Sitges per l'interior. El PR-C 9 és un sender de petit recorregut que uneix Caldes amb aquest GR-5 a l'altura de l'ermita de Santa Maria del Grau. Des de la serra Llisa podem admirar les magnífiques panoràmiques i anar fins a Sant Sebastià de Montmajor.


- 

6 El turó Gros

És un recorregut senzill pels entorns de Caldes d'una llargària superior a la ruta del Remei, orientat cap a la part est de la població. Passem per Can Camp, entre rieres, fonts i indrets de gran bellesa paisatgística, per la urbanització dels Lledoners i tornem cap a Caldes seguint el mateix traçat de la variant GR-97.2, pel costat del Mas Manolo.


- 

2 Sender PR-C 9.1

Sender circular que segueix la base del PR-C 9. No cal que reculem per tornar a Caldes. Un cop arribem al gorg de les Elies a través del PR-C 9, en lloc d'enfilarnos cap a Santa Maria del Grau, podem anar cap a Caldes, seguint el curs de la riera. Passarem també per les antigues pedreres de Caldes.


- 

7 El morro de Porc

Aquest sender arriba fins a un dels miradors més privilegiats de l'entorn de Caldes: el turó de Casuc. El turó se situa per sobre del morro de Porc, des d'on tenim una magnífica vista panoràmica de Sant Feliu de Codines, el Montseny i els cingles de Bertí. La ruta també passa molt a prop de les restes d'uns antics forns de calç que hi ha al Farell.


- 

3 Sender PR-C 9.2

Variante del PR que permet fer el cim més alt de la serra del Farell. Des del mirador de la serra Llisa ens enfilem per anar a trobar el pic del Vent (815 m), on gaudirem d'una magnífica panoràmica del Vallès i del Barcelonès. També hi veurem la serralada Prelitoral, el massís del Montseny i, si mirem a ponent, la Mola i el Montcau.


- 

8 Les fonts

Sortint de Caldes cap a ponent, passem pel gorg d'en Pèlacs, on hi ha la font. Tot seguit, per la font Falsa i la font de les Noeretes. Baixem per Guanta fins a arribar a la font del Bou, i tornem a Caldes pel poblat ibèric de la Torre Roja, passant per la font del Xec i la font de les Escalles. Aquest sender passa per mitja dotzena de fonts amb un desnivell força acusat.


- 

4 Sender GR-97.2

És part d'un sender promogut per diverses entitats l'any 1997 que uneix Sant Celoni i la Beguda Alta d'Abrera. Aquesta variante passa pels Lledoners i el turó de Can Camp, travessa el poble per la plaça de la Font del Lleó i enfila cap al Roure Gros per anar de nou al tronc principal, a l'altura de la Torre Marimon.


- 

5 Ruta del Remei

Aquest sender local és molt senzill, permet donar una volta per la part nord de la vila de Caldes, passant per espais emblemàtics com l'ermita i el torrent del Remei, i la font del Dimoni. Arriba a Can Cararac i retorna una altra vegada a la vila.



Museu Thermalia. visiteucaldes.cat

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:

Ajuntament	93 865 56 56	Jutjat de Pau	93 865 00 81
Ambulàncies	902 23 20 22	Mossos d'Esquadra	112
Bombers Generalitat	112	Oficina de Turisme	93 865 41 40
Biblioteca municipal	93 862 67 56	Polícia Local	93 865 41 41
CEIP El Farell	93 865 03 73	Parròquia Santa Maria	93 865 00 82
CEIP Montbui	93 865 08 33	Sanitat respon 24h	902 11 14 44
CEIP El Calderí	93 866 52 27	Serv. funeraris Torra 24h	93 727 74 00
Escola Pia	93 865 03 33	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		





Tasques de millora de 12 km de camins per millorar la prevenció d'incendis forestals a Caldes

Les tasques d'adequació i manteniment de camins d'aquest 2023 han permès actuar sobre 11,7 km de 6 de les vies que formen part de la xarxa bàsica de Caldes de Montbui. Els treballs, que s'han dut a terme durant la primera meitat de l'any, han tingut un cost final de 14.258 euros. Totes les actuacions formen part del programa anual del Pla municipal de Prevenció d'Incendis Forestals (PPI) i atenen les necessitats més urgents de manteniment, consolidació i millora d'aquests camins.

La principal actuació ha estat en el camí de Les Elies, en un tram de 5,2 quilòmetres comprès entre la Torre Nova i el Pla de Senosa. S'ha fet el manteniment del ferm i el control de la vegetació per tal de mantenir transitable el camí i fer-lo completament accessible als vehicles dels serveis d'emergència en cas d'incendi.

Els altres treballs de manteniment que s'han executat han estat: el camí de 2,2 quilòmetres de la granja Calderina, a la

Urbanització Can Regasol; un tram d'1,6 km del camí de Can Pascol, el d'un tram d'1,4 km del camí que connecta Can Pascualet amb el camí de la Torre Nova; 0,9 km d'un tram de camí de la urbanització Can Rovira Vell fins a la Bota de Caldes; i un tram de 0,4 km del camí de la urbanització Can Valls al camí de la urbanització Can Maspons.

A banda de les actuacions sobre el ferm i del control de la vegetació a l'entorn d'aquests camins, també s'ha aprofitat per fer una revisió dels punts d'aigua destinats a l'extinció d'incendis forestals, així com altres actuacions contemplades en el Pla municipal de Prevenció d'Incendis Forestals.



Caldes de Montbui es situa a la franja alta de l'índex socioeconòmic territorial

L'Observatori-Centre d'Estudis del Consell Comarcal ha elaborat una Nota informativa d'acord amb l'Índex Socioeconòmic Territorial (IST) de l'Institut d'Estadística de Catalunya, un índex sintètic per petites àrees que resumeix en un únic valor diverses característiques socioeconòmiques de la població i quantifica les diferències dins de Catalunya i dins dels municipis. Aquest any s'ofereix aquest indicador per a tots els municipis i totes les seccions censals de Catalunya, amb dades corresponents a l'any 2020.

Caldes de Montbui es situa en la tercera posició (113,7), només superada per l'Ametlla del Vallès (120,7) i Vallromanes (122), trobant-se entre els municipis catalans amb major índex.

El Vallès Oriental registra un Índex Socioeconòmic Territorial que se situa, l'any 2020, en un 101,8, dues dècimes per damunt del que es registrava l'any anterior, el 2019. De fet, des del primer de referència del que hi ha dades (2015) la comarca ha anat registrant petits augments d'un any a altre: el darrer indicador se situa en més d'un punt superior al valor inicial (100,7).

Alhora, és una comarca amb una majoria de municipis que presenten un valor elevat pel que fa a l'IST. De fet, dels 39 municipis de la comarca, 30 se situen a la franja de l'IST entre 100 i 120, municipis bàsicament situats l'eix del Congost.

També es poden observar 7 municipis on es concentren valors més baixos, destacant especialment el municipi de Canovelles (76,5), la Llagosta (87,1) o Montornès del Vallès (93,9).

El 2022 Caldes va generar 270.000 quilos menys de residus, una reducció del 2,8% respecte el 2021

El 2022, Caldes va assolir dues fites pel que fa a la gestió dels residus. D'una banda, va generar menys deixalles i d'altra banda, va mantenir el ritme de recollida selectiva. Tot i això, encara és important seguir avançant en la línia d'incrementar encara més el volum de deixalles que es recullen de forma selectiva perquè això assegura una millor gestió dels residus. I, paral·lelament, reduir la quantitat de deixalles generades pel conjunt de la ciutadania.

En termes globals, l'any passat a Caldes de Montbui es van recollir 9.189.040 quilos de residus. Això representa una reducció del 2,8 respecte els 9.457.718 que es van registrar el 2021. D'aquesta manera, el 2022 cada habitant va produir 516 quilos de deixalles. Una dada que contrasta, de forma positiva, amb els 531 quilos per persona del 2021.

Més enllà del volum global, també és especialment significatiu el fet que el 56,5% d'aquestes deixalles es van recollir de forma selectiva. Aquest percentatge és pràcticament similar al del 2021, que va ser del 56,6%. Tot i ser un bon percentatge, encara és insuficient per arribar al 70% objectiu que s'ha fixat pel 2030 pels països membres de la Unió Europea. Si traduïm aquests percentatges a quilos, això vol dir que l'any passat es van recollir de forma selectiva 263,2 quilos per habitant a Caldes. Uns 7 quilos menys que el 2021, que va ser de 270,4.

La reducció del total de deixalles generades i el manteniment de la

recollida selectiva també té un impacte directe sobre les arquitectures municipals perquè implica que s'acaben portant menys residus a la incineradora. I això, per tant, és un estalvi per les finances públiques del municipi. En concret, el 2022 van acabar a la incineradora 4.000 tones de deixalles, uns 100 tonnes menys que el 2021.

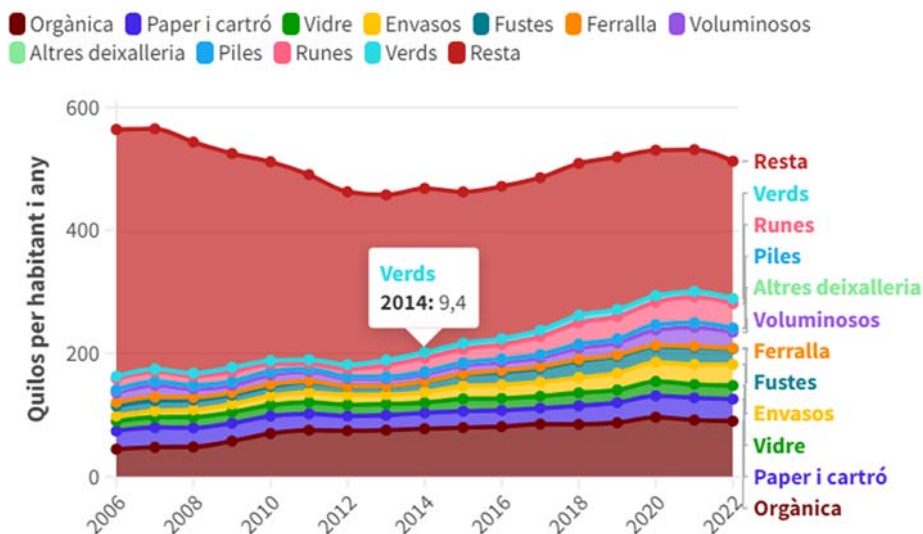
en compte que unes 1.300 tones de fracció orgànica encara van anar a parar a la incineradora. O, el que és el mateix, el 27% de les deixalles que s'aboquen al contenidor gris eren residus orgànics mal separats.

D'altra banda, les runes (40 quilos per habitant) i el paper i cartró (35,7 quilos

Recollida selectiva de deixalles 2006-2022



Selecciona el tipus de residu



Bona recollida selectiva, però encara amb marge de millora

Pel que fa referència a la recollida selectiva, les restes orgàniques són les que més es recullen de forma adequada al contenidor marró. L'any passat van ser 90,2 quilos per habitant, una dada que encara té molt marge de millorar si tenim

per habitant) completen el podi dels residus recollits de forma selectiva. Tot i això, destaca especialment la recollida d'envasos, que l'any 2022 va augmentar en volum respecte els anys anteriors fins als 34,2 quilos per persona.



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



Mònica Sánchez

C/ Santa Teresa, 6

Caldes de Montbui

646 19 40 07

93 031 47 43



L'Oficina d'Habitatge ha gestionat i concedit més d'1,1 milions d'euros en ajudes i prestacions de lloguer el 2022

L'Oficina d'Habitatge de Caldes de Montbui ha tancat el 2022 amb més d'un milió d'euros en ajuts i prestacions de lloguer.

En concret, s'han concedit 1.139.537,24 euros que responen als 558 expedients tramitats.

Aquesta xifra gairebé duplica el total d'ajudes concedides el 2021, que va ser de 674.736,46 euros.

La principal partida que ha disparat el volum de diners gestionats durant el 2022 ha estat la dels ajuts destinats a les persones joves, que inclou el nou Bo Jove i el Lloguer Jove.

En aquest cas s'han tramitat 255 expedients que han acabat concedint 607.190,99 euros.

D'aquests, aproximadament la meitat s'han abonat durant el 2022 i la quantitat restant s'abonarà durant aquest any.

L'altre capítol important per volum econòmic correspon als ajuts de lloguer just, dels quals el 2022 s'han tramitat 193 expedients que s'han traduït en 315.848,62 euros.

De fet, aquesta prestació és la que, en els últims anys, ha concentrat el volum més elevat d'expedients i de recursos econòmics.

Tot i això, en comparació amb els anys anteriors, aquesta partida s'ha vist reduïda tant en nombre d'expedients com en volum econòmic perquè bona part dels beneficiaris d'aquesta ajuda han passat a rebre la prestació del lloguer jove.

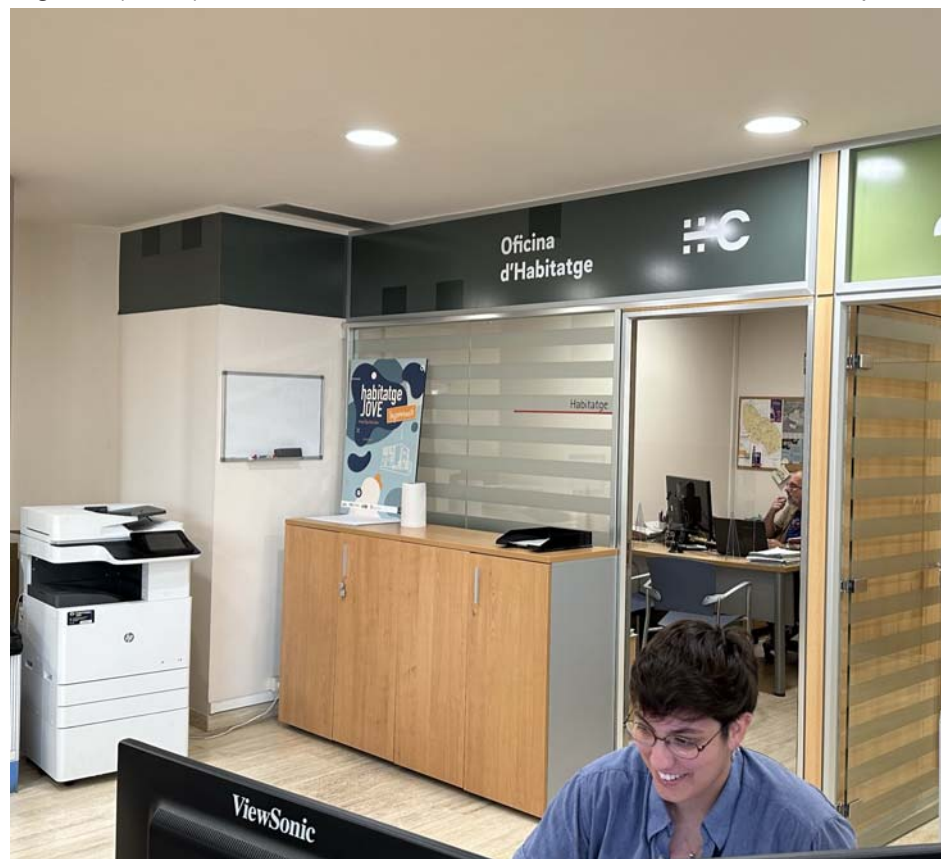
Pel que fa a la resta d'ajudes gestionades des de l'Oficina d'Habitatge de Caldes, destaquen els 58 expedients d'ajuts per a majors de 65 anys que s'han tramitat durant el 2022. Una xifra bastant similar a la dels darrers anys. Aquestes subvencions per al pagament del lloguer o la cessió d'ús d'habitatges o habitacions i té com a principal

objectiu facilitar l'accés i la permanència a sectors de població en risc d'exclusió social. En volum econòmic, es van atorgar 109.311,86 euros corresponents a aquest capítol d'ajudes.

El quart tipus de prestacions, pel que fa a volum econòmic i nombre d'expedients tramitats, és el que correspon a les anomenades Prestacions Especial Urgència (PEEU).

Més de 350 expedients tramitats el 2023

L'Oficina d'Habitatge de Caldes ja ha començat a tramitar 354 expedients corresponents a les diferents convocatòries d'ajuts d'aquest 2023. Una xifra que encara pot augmentar tenint en compte que fins a finals d'any es poden sol·licitar les Prestacions Especials Urgència (PEEU). En aquest cas, fins el moment ja s'han tramitat 26 expedients. El volum econòmic total de les presta-



En aquest cas, l'any 2022 es van tramitar 46 expedients de des l'Oficina d'Habitatge que va permetre donar 94.181,33 euros per aquest concepte.

Finalment, l'any passat es van gestionar 6 expedients en concepte d'ajuts a la renovació i a col·lectius específics, el que va traduir en un import de 13.004,44 euros. Una xifra pràcticament calcada a la dels últims anys.

cions, encara no està disponible fins que no es resolguin tots els expedients.

Pel que fa a la resta de línies d'ajuts, aquest 2023 s'han tramitat 196 expedients d'Ajuts al Lloguer Just (MITMA), 60 sol·licituds d'Ajuts per a Majors de 65 anys (LG) i 67 Ajuts de Lloguer Jove. Finalment, aquest any s'han tramitat 5 peticions d'Ajuts per a la Renovació i Col·lectius Específics.

Salut Pública aconsella extremar la prudència arran dels 17 ofegaments a platges i piscines d'aquest estiu

Des de començament d'any hi ha hagut 28 ofegaments mortals, dels quals 17, més de la meitat, han tingut lloc durant els mesos de juny i juliol, segons dades de l'Institut de Medicina Legal i Ciències Forenses.

El Departament de Salut, a través de l'Agència de Salut Pública de Catalunya, fa una crida a extremar la precaució i la vigilància en el bany arran del nombre d'ofegaments a platges i piscines d'aquest estiu.

Sota el lema "Tothom pot ofegar-se, a ningú hauria de passar-li" es recorda que tothom hi està exposat, especialment quan el cos experimenta canvis sobtats de temperatura al entrar en contacte amb l'aigua freda, al submergir-se bruscament o si es realitza una activitat física excessiva. En aquest sentit, per gaudir d'un bany saludable i prevenir els ofegaments, l'Agència recomana seguir aquests consells:

- . Quan nedeu, feu-ho sempre en companyia d'altres persones.
- . Sempre que sigui possible, banyeu-vos en llocs on hi hagi socorristes.
- . No us banyeu si hi ha bandera vermella i respecteu sempre els advertiments dels socorristes.
- . Eviteu consumir begudes alcohòliques abans de ficar-vos a l'aigua o mentre hi sou navegant o practicant esports aquàtics.
- . No entreu de cop a l'aigua la primera vegada que us banyeu, després de menjar, d'haver pres molta estona el sol o d'haver fet un exercici físic intens.
- . Sortiu immediatament de l'aigua en cas d'indisposició.
- . Si patiu qualsevol malaltia per la qual feu un seguiment mèdic, i especialment si teniu una malaltia cardíaca o circulatoria, consulteu els professionals sanitaris sobre la idoneïtat de la pràctica del bany, la natació o altres activitats aquàtiques.
- . En el cas dels infants, la supervisió per part de les persones adultes és un factor fonamental per prevenir els ofegaments.



Anem al Casino

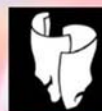
ET BUSQUEM!



Actors i actrius de
14 a 20 anys

assajos de setembre
a novembre

dirigit per
SARA GRANÉS



Secció Juvenil del Grup Escènic Casino

Pantalles



tenien?

Que complicada era la vida en el passat, quan no hi havia mòbils amb pantalla i per a què servien els primers aparells, si tampoc no en

Pantalla és un mot d'origen català, pàmpol i ventalla, que compartim amb el castellà i el gallec, els altres idiomes rep noms d'arrel diferent.

En el dinar d'amics d'arreu de Catalunya, tinc al meu costat el jutge de pau i pagès taronger, veritable filòsof del sentit comú. Parlem entre tots els matrimonis i, a l'extrem de la taula hi ha la parella més jove del grup, acaben de fer trenta anys. Ell és el fill d'un dels amics i sempre havia vingut amb els pares, avui ve amb la seva xicota, ambdós són de fotografia: la taula llarga, tots parlant i la parella jove al final, cadascú dels dos mirant la pantalla del seu mòbil.

Li ho faig notar a l'amic i em diu que hi ha parelles que fins s'envien WhatsApps estant un al costat de l'altre. Ens hem begut l'enteniment? Ja no sabem relacionar-nos sense portar el mòbil?

A la parada del bus una noia es queixa perquè ha passat de llarg sense aturar-se, ella mirava absorta la pantalla i ni l'ha vist ni li ha fet senyal. Amb una mà a la corretja i l'altre al mòbil passegen el gos, miren la pantalla, no estan per l'animal, els que no porten animal, mirant la pantalla passen sense mirar semàfors o passos de vianant, diuen que és el conductor que té l'obligació de vigilar, però compte, que hi ha qui condueix més pendent pantalla que del trànsit i passa el que passa.

Fa pocs dies, a l'autobús, una mare xerra que xerra, amb auriculars posats i bavejant la pantalleta, estava absenta, abduïda, abstracte, abstinguda i la seva criatura fent-s'ho amb tots els avis i àvies de l'autobús, rient i buscant complicitats amb les persones que li dedicaven aquella atenció que la seva mare,

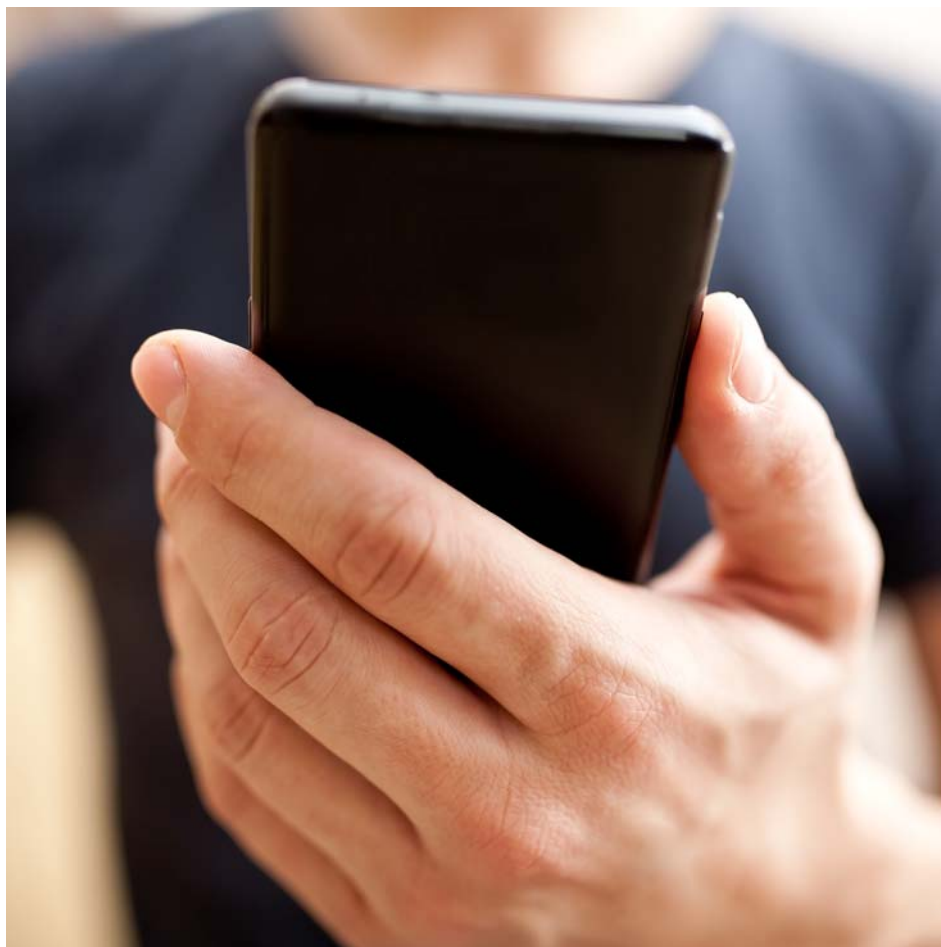
desnaturalitzada, li negava (després portarà al nen al psicòleg que li arreglin el que ella ha espatllat).

Colles de joves als bancs dels parcs públics, colles d'adults a la terrassa d'un bar, pares i mares, avis també, embadalits rere la pantalla del cel·lular, comunicats pels auriculars, mentre les criatures sense tutela ni fre, van al seu aire. Si tot plegat passa per una pantalla que fa uns 16x8 centímetres, que no passarà a casa, davant d'un televisor de 50 polsades?

Avui les criatures de deu anys, reivindiquen el seu terminal, el seu dret a telèfon amb pantalla, videojocs, sèries i

nis, d'aquells amics de tota la vida que amb qui ens reunim sovint per a parlar dels nostres temps passats i de les nostres malalties presents, va sorgir a la conversa, com tot sovint passa, el tema dels nostres néts i nétes, de com passàvem les estones quan estàvem amb ells.

Tots tenim néts i nétes d'edats que van entre les primeres classes de primària i el final de la ESO. La sorpresa va ser la coincidència unànime dels quatre, la decisió que adoptàvem sense haver-ne parlat mai entre nosaltres: o apagàvem el mòbil o el posàvem en pausa, tots pensaven que ningú no tenia dret a robar-nos aquells moments, ni cap



xarxes socials, al cap i a la fi, el seu aprenentatge, la imitació dels adults, ha estat fonamentat sobre unes bases tan delicades com el cristall líquid en què s'emmirallen els seus pares.

També aquesta setmana fent-la petar en un cafè amb un grupet d'amics coeta-

companyia de telefonia de fer-nos perdre el goig del seu somriure o distreure l'atenció en què escolten les nostres històries.

Joan Pallarès-Personat

Visitar Tossa de Mar

Tossa de Mar és un bell poble costaner situat en la Costa Brava, a la província de Girona. Ofereix una combinació perfecta d'història, cultura i bellesa natural. Aquí tens algunes recomanacions sobre què veure i fer a Tossa de Mar:

Vila Vella: El barri antic de Tossa de Mar, conegut com a Vila Vella, és un dels principals atractius de la ciutat. Està envoltat per una muralla medieval i alberga carrers empedrats, cases antigues i una gran quantitat d'encant històric.

Castell de Tossa de Mar: Situat dins de la Vila Vella, es troba el Castell de Tossa

de Mar. Aquesta antiga fortalesa medieval data del segle XII i ofereix una vista magnífica de la mar i els voltants.



La Torre del Moro : és una antiga torre de vigilància també coneguda com a Torre de les Hores, es troba a la part alta d'un pujol i ofereix impressionants vistes panoràmiques.

Platges: Tossa de Mar compta amb diverses platges. La platja principal, la Platja Gran, és molt popular, és de sorra fina i ofereix serveis com a lloguer d'hamacs i ombrel·les. També pots visitar la Platja d'es Codolar, situada al costat del barri antic, la mar menuda, ideal per al submarinisme o cales precioses com a Cala Pola, o Cala Giverola, entre altres.

Excursions amb vaixell: Per a gaudir de les vistes panoràmiques de la costa des de la mar, pots realitzar una excursió amb vaixell.

Senderisme: Si caminar i la muntanya és el teu, recomanem explorar els voltants de Tossa de Mar. EVA REMOLINA

Per què apareixen les formigues a l'estiu a casa? i què fer per a eliminar-les

Les formigues apareixen més a les cases quan comencen les temperatures càlides i és que durant els mesos de calor estan més actives, degut a que són insectes de sang freda i com molts altres animals, hibernen per a evitar les gelades. Quan arriba la primavera, surten a construir els seus nius i a buscar menjar, perquè és quan hi ha major disponibilitat d'aliments, com a fruites madures, molles d'aliments a l'aire lliure i altres restes de menjar. Les formigues són atretes per aquestes olors i seguint els rastres químics deixats per altres formigues. També surten en cerca d'aigua, en reduir-se aquesta del seu entorn natural a causa de les sequeres. Per a aconseguir-la, busquen fonts d'aigua a l'interior de les cases, com a aixetes que degoten, recipients amb aigua estancada o fins i tot condensació en canonades o electrodomèstics.

Si et trobes amb la presència de formigues en la llar, aquestes són algunes de les mesures que pots prendre per a eliminar-les:

1. Identifica l'origen i el camí de les formigues: Observa acuradament per on entren i per on surten, així com les àrees

de la teva casa on hi ha una major activitat. Això t'ajudarà a determinar els punts clau per a aplicar mesures de control.

2. Les formigues són atretes per les restes de menjar i molles, per la qual cosa has de mantenir la teva casa tan neta com sigui possible. Escombra i aspira regularment, i assegura't de guardar els aliments en recipients hermètics.



3. Utilitza segelladors o silicona per a tapar totes les esquerdes, escletxes i forats per on les formigues puguin entrar al teu habitatge. Para més atenció a les finestres, portes, canonades i cables per les quals puguin accedir des

de l'exterior.

4. Usa barreres naturals amb productes naturals per a dissuadir-les. Algunes opcions són el vinagre blanc, la llimona, la menta, la canyella o el cafè molt. Ruixa o empolvora aquests ingredients en els punts d'entrada i en les àrees per on les formigues transiten.

5. Si les mesures anteriors no són suficients, sempre et quedarà l'esquer enverinat. Compra productes comercials dissenyats específicament per a eliminar formigues i col·loca'ls prop de les seves rutes o prop dels nius si els has identificat. Les formigues portaran l'esquer al formiguer, eliminant la colònia.

6. Si trobes el formiguer, pots fer servir aigua bullent o un insecticida recomanat per a formigues per a destruir-lo. No obstant això, ves amb compte en manipular productes químics i segueix les instruccions de seguretat del fabricant.

Recorda que l'eliminació completa de les formigues requereix temps i paciència, ja que sovint reapareixen. Si tens una infestació greu o persistent, pot ser recomanable contactar a un professional en control de plagues.

7 consells per a cuidar el gos a l'estiu

El teu gos requereix moltes coses, com menjar, medicaments... així com, tot el teu amor i cures, especialment durant l'estiu. I si no saps com actuar en aquesta temporada, compartim consells perquè li brindis tot el que necessita:

. Hidratació.

El gos necessita estar hidratat, especialment durant l'estiu. Per aquesta raó és recomanable que l'abeurador sempre tingui aigua fresca, i estigui en un lloc on no doni el sol. Assegura't que el gos l'està prenent constantment.

. Protecció del sol.

Sense importar que el gos entri a la casa o es mantingui al jardí, has d'assegurar-te que no s'exposi al sol, especialment

durant les hores de més incidència. El que pots fer és preparar-li un lloc amb ombra i fresc perquè pugui descansar.



. No deixar al teu gos en el cotxe.

Si has de sortir, o entraràs en un lloc on no el puguis portar, has d'evitar per tots els mitjans deixar-lo dins del cotxe, perquè la temperatura s'eleva moltíssim,

provocant-li seriosos problemes.

. Revisa que no tingui puces o paparres.

El clima de l'estiu sol ser potent per a atreure puces i paparres, així que revisar-ho constantment, neteja el seu espai, i canvia la roba de llit per a evitar que l'ataquin.

. No li tallis el pèl.

El pèl li permet estar protegit de cremades o sobreescalfament. No li tallis. El que pots fer és eliminar pèl mort.

. L'alimentació.

És possible que el teu gos perdi la gana per les altes temperatures, i per això podries donar-li algun menjar que li agradi molt, i, a més, alimentar-lo en hores molt primerenques del matí, o a la nit, on el clima és una mica més suau.

Què és la meditació i perquè serveix



La Meditació és un estat natural. Són aquests moments tranquils en els que podem estar en silenci, amb nosatres mateix@s, de forma saludable, sense necessitat d'explicar-nos res, amb molta calma i amb una forta sensació de presència.

Malgrat que sigui natural i a l'abast de tothom, hem perdut aquesta facilitat per "estar" simplement, sense tenir la sensació de perdre el temps o la necessitat d'algun estímul extern.

Dintre d'aquesta societat, la nostra atenció està sempre posada a l'exterior, moltes vegades en coses banals, que realment no ens interessen, i ni tan sols ens n'adonem.

La ment està sempre ocupada en processar informació i si no sabem parar-la, es torna ingovernable. Com diuen les filosofies orientals, la ment és com un mono que salta de branca en branca, sense parar. Quan no la tenim ocupada, ens posem nerviosos, podem caure en l'estrès, o en pensaments repetitius que ens desgasten.

Aprendre a meditar és especialment beneficiós pel sistema nerviós i en conseqüència per la salut en general.

Observar la naturalesa, respirar profundament, tenir moments de soledat tranquil·la, de reflexió, són accions senzilles que ens ajuden a recuperar i mantenir l'equilibri i la pau personal.

Saivani Saura
Facilitadora de Meditació



SPIRITUAL



YOGA - YOGA ONCOLÒGIC - MEDITACIÓ - PILATES - SPIRITUAL DANCE -

Descompte del 30% els dos primers mesos
si et matricules del 28/08 al 10/09

spiritualyogadance@gmail.com
C/ Gral Padrós, 42 Caldes de Montbui

☎ 621 186 390
@spiritualyogadance



L'ou enverinat

(Un nou cas del detectiu Michael M. Fox)



En Sergi i la Rebeca estan divorciats. La Rebeca sempre beu més del compte i es torna inestable i agressiva, i contínuament esbronca l'Anna, la seva filla de setze anys.

El cas és que aquesta tarda en Sergi li ha fet saber a la seva exesposa que està tramitant la custòdia de la seva filla. S'ha enfurismat tant, que ha penjat el telèfon i novament, ha esbronat l'Anna, sense motiu. La noia ha marxat amb un cop de porta.

En un rampell d'odi, la Rebeca s'ha empescat un pla i ha passat pel laboratori per preparar aquell instrument diabòlic. Després ha enfilat carretera avall cap a casa d'en Sergi. Un xalet a prop de la platja, del que ella encara conserva la clau. Sap que ell és de viatge i que tornarà de matinada; temps suficient per actuar.

Quan arriba es posa guants, va directe a la cuina i obra la nevera. Està mig buida, però hi ha tres ous; ideals per al seu pla. De la bossa de mà treu una xeringa. Agafa un ou i amb molt de compte li clava l'agulla. Somriu mentre el líquid es va introduint. Quan va per agafar-ne un altre, sent un soroll al pany de la porta principal. Fa un bot. No comptava que ell tornés abans. Amb presses, guarda la xeringa i surt per la porta del darrere de la cuina, el pom de la qual, s'obre per dins.

Tan bon punt arriba a casa, rep la trucada de l'Anna. Li diu que passarà uns dies a casa del seu pare. Un calfred li recorre el cos. Potser era l'Anna la persona que estava obrint la porta. Li exigeix que se'n torni, però l'Anna al·lega que el pare està d'acord i així que ha arribat de l'estació ja ha col·locat les seves coses als armaris.

Es dutxarà, es farà una truita i se n'anirà a dormir. El terror envaeix aquella dona.

Comença a cridar-li que no toqui res. La noia cansada dels crits histèrics de la mare li diu que pensa passar-hi totes les vacances d'estiu. I penja. La Rebeca torna a trucar. Ara comunica. Segur que està trucant a l'amiga de sempre. Ho torna a provar.

Comunica sense parar; sap que acostumen a parlar força estona i pren una decisió. Agafa les claus i surt esperitada cap al cotxe, hi ha una bona estona de trajecte, però ha d'intentar arribar abans que la seva filla agafi cap ou. Si es menja el que està enverinat...

Torna a trucar des del cotxe. Ara sona, però no contesta. L'Anna està a la dutxa amb la música a tot volum. La Rebeca condueix embogida i fora de si, com no ho havia fet mai. Una suor freda i un tremolor compulsiu li recorren el cos. Se salta tots els semàfors, envesteix algunes tanques de trànsit, colpeja les voreres... els frens grinyolen perillosament. La seva filla és el que més l'importa en aquesta vida i no la vol perdre. I encara menys, per culpa seva.

La mirada tenyida per l'horror i l'alcohol. Les llàgrimes als ulls. Torna a trucar, i a trucar, i a trucar, però ningú respon. L'Anna ha sortit de la dutxa i ha vist aquella corrua de trucades; farta de tanta insistència ha deixat el mòbil en silenci i s'ha dirigit cap a la cuina.

Ja al xalet, la Rebeca es troba un home a la porta que li impedeix l'entrada. A prop hi ha una unitat de policia.

—Què ha passat? La meva filla és dins!
—Hem rebut un avís. Estan intentant reanimar-la, però com que no saben què ha ingerit...

—Jo ho sé!!! Ho sé!!!

—Ens ho vol explicar, senyora —la convida ell, mentre fa un gest als policies perquè s'apropin.

—És un verí molt potent! No hi ha temps!!! La meva filla es mor!!! Deixi'm passar, els ho explicaré als metges.

L'home s'aparta i la parella de policies entra darrere d'ella. S'afanya a explicar als uniformats de blanc els fets amb pèls i senyals. Però llavors, és detinguda i emmanillada per intent d'homicidi del seu exmarit. De sobte, apareix l'Anna en pijama, badallant i amb cara de son.

—Nena! Creia que... Estàs bé?

—Perquè no hauria d'estar-ho?

La Rebeca no entén res i es gira cap aquell desconegut amb una interrogació a la mirada.

—Em dic Michael M. Fox i soc investigador privat. Sortim i li aclariré tot —diu mentre assenyala l'exterior.

—La seva filla no ha ingerit cap aliment de la nevera —aclareix ja a fora, al costat del vehicle policial. En Sergi i jo som amics i l'Anna fa temps que em coneix. Amb el permís del seu pare, l'he convidat a sopar una pizza.

—La nevera? Com sap...?

—Les... seves maniobres? El seu marit em va demanar que la vigilé a vostè i al mateix temps, que cuidés la seva filla. I això he fet.

El que furgava el pany, era jo. He observat a través de la porta de la cuina la xeringa i que manipulava dins la nevera. He imaginat el que pretenia. En Sergi m'havia explicat que la seva filla venia cap aquí i jo no podia permetre que li passés res.

Quan vostè ha fugit, he buidat la nevera—. De fet, la policia està analitzant el contingut—. He vist arribar l'Anna i hi he parlat. M'ha explicat la seva conversa amb vostè i he deduït que tornaria per evitar una desgràcia. La resta ha estat una tretxa meua per obligar-la a confessar. Sense empremtes és difícil provar res. I si hagués vist la seva filla sana i salva, mai hauria obert la boca.

—I els dos infermers amb qui he parlat?
—Són dos amics que treballen en un restaurant proper i que, per sort, tenien roba neta de recanvi. En realitat, és un uniforme d'ajudant de cuina.

Mercè Jorba



L'Ajuntament informa

Refugis climàtics per tot l'estiu

L'Ajuntament habilita cinc "refugis climàtics" per aquest estiu amb l'objectiu d'oferir un espai refrigerat durant unes hores al dia quan les temperatures siguin elevades i en períodes d'onada de calor. Els espais són: Ajuntament de Caldes de Montbui, Les Cases dels Mestres, el Museu Thermalia, la Biblioteca Municipal i El Toc. Consulteu els horaris a la pàgina web de l'Ajuntament.

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

Llista de l'alumnat admès a l'Escola d'Adults Municipal El Roure Gros

Ja podeu consultar la relació de l'alumnat admès a l'Escola Municipal d'Adults El Roure Gros. El període de matriculació de l'alumnat admès és del 4 al 7 de setembre de 2023. Horari: d'11 h a 13 h i de 17 h a 19 h

Viatgeteca 2023

Viatgeteca és l'espai on trobareu un munt de recursos per poder preparar les vostres vacances. La Biblioteca de Caldes us ofereix guies de viatges, revistes, llibres d'interès, etc. per ajudar-vos a planificar els vostres viatges. Descobriu les últimes guies de viatge, articles i recursos actualitzats, tot en un sol lloc. Sumeu-vos a la comunitat de viatgers de la Biblioteca i descobriu el món a través de les seves propostes

Servei de Salut per a joves. Properes cites: 14 i 28 de setembre

L'Espai Jove El Toc acull el Servei de Salut per a joves amb l'objectiu d'informar i assessorar sobre drogues, sexualitat, alimentació i hàbits saludables. El servei de Salut per a Joves, és gratuït i està dirigit a joves de 12 a 30 anys, familiars i professionals que estiguin interessats en orientació i assessorament sobre temes de salut que els puguin inquietar o pels quals puguin sentir curiositat, dubtes o necessitat d'informació. Feu les consultes, a l'Espai Jove El Toc, per T. 93 865 46 55- 674 32 35 78, per Instagram -@eltoc- o per A/e. eltoc@caldesdemontbui.cat

Modificacions horàries d'equipaments i serveis municipals a l'estiu 2023

Consulteu els horaris dels equipaments i serveis municipals amb motiu de les vacances d'estiu a la pàgina web de l'Ajuntament de Caldes de Montbui.

Participa en la celebració de l'11 de Setembre, Diada Nacional de Catalunya

Entitats i 11 de Setembre: si voleu organitzar una activitat amb motiu de la Diada Nacional de Catalunya, envieu un mail a comunicacio@caldesdemontbui.cat abans del 20 d'agost. Si voleu fer ofrenes florals, ho podeu fer saber fins el 6 de setembre. Si proposeu activitats al municipi cal que ompliu i entreu per registre el formulari que trobareu al web de l'Ajuntament a l'apartat de tràmits: Llicència d'ocupació de la via pública per la realització d'actes a la via pública (culturals, d'oci, esportius, socials, etc.)

Llista d'ofertes de feina actualitzades el: 21/07/2023

Núm. Oferta

- 348096 FORMADOR/A OCUPACIONAL - ESPECIALITAT NETEJA
- 347933 ADMINISTRATIU/VA ANGLÈS- JORNADA PARCIAL TARDES
- 347856 TÈCNIC/A DE MANTENIMENT
- 347708 LAMPISTA, O PERFILS ESPEC. EN INSTAL·LACIÓ D'AIGUA O INSTAL·LACIÓ D'ELECTRICITAT
- 347706 TRANSPORTISTA I RESPONSABLE DE MAGATZEM
- 347453 CUIDADORA INTERNA (O TREBALLANT HORARI PARTIT)
- 347373 NETEJADOR/A PER SUPLENCIA VACANCES (JORNADA PARCIAL TARDES)
- 347369 ESTETICISTA (SUPLENCIA)
- 346964 NETEJADOR/A (MITJA JORNADA, INCORPORACIÓ ESTABLE)
- 345896 NETEJADOR/A (HORARI INTENSIU - SUPLENCIA)
- 345534 MANTENIMENT ELECTROMECÀNIC, ELECTRICISTA - MUNTATGE DE MAQUINÀRIA INDUSTRIAL
- 345520 TÈCNIC/A PASTISSER/A
- 345331 ADMINISTRATIU/VA COMERCIAL (ITALIÀ ALT)
- 345277 AUXILIAR ADMINISTRATIU/VA (EXP. SECTOR IMMOBILIARI)
- 345263 CUINER/A

Podeu consultar i inscriure-us a les ofertes actualitzades al web xaloc.diba.cat/ofertes-de-feina

Per a 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](mailto:borsatreball@caldesdemontbui.cat)
[. clubfeina@caldesdemontbui.cat](mailto:clubfeina@caldesdemontbui.cat)
[. clubfeina16@caldesdemontbui.cat](mailto:clubfeina16@caldesdemontbui.cat)
[. pfo@caldesdemontbui.cat](mailto: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.

La deixalleria mòbil s'instal·larà el dimarts 5 de setembre, de 8 a 13h

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.

FORMACIÓ OCUPACIONAL (FOAP 2022)

Neteja de mobiliari i superfícies en edificis i locals

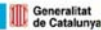
- 190 hores + 80 hores de pràctiques en empresa
- A determinar / Inscripcions obertes
- de dilluns a divendres de 9:30 a 14h
- Certificat de professionalitat de nivell 1

INFORMACIÓ I INSCRIPCIONS:

LA PIQUETA ☎ 938627025 / 931151074 ✉ pfo@caldesdemontbui.cat



Impulsada i subvencionada per:



www.caldesdemontbui.cat

facebook.com/ajuntamentcaldesdemontbui

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

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



Ajuntament de Caldes de Montbui



FARMÀCIES

Tarruell

c/ 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



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

TOT Caldes

**Tornem el 8 de setembre
Bon estiu!**



El moment d'iniciar una teràpia de parella

La teràpia de parella pot ser útil quan una relació enfronta dificultats o conflictes persistents. Aquestes són alguns senyals comuns que podrien indicar que és el moment adequat per a buscar ajuda professional:

1. **Si la comunicació entre la parella s'ha tornat tibant, ineficaç o està completament trencada**, la teràpia ens pot ensenyar habilitats de comunicació efectives.
2. **Si hi ha conflictes que es repeteixen constantment sense resoldre**, la teràpia pot ajudar a identificar els patrons negatius i trobar solucions constructives.
3. **Falta d'intimitat emocional o física**.
4. **Si un o tots dos membres de la parella han comès una infidelitat o si hi ha problemes de confiança significatius**, la teràpia de parella pot ser un espai segur per a abordar aquests temes difícils.
5. **Si s'estan experimentant transicions importants**, com l'arribada d'un fill, problemes financers o canvis de treball, la teràpia de parella pot ajudar a adaptar-se i mantenir una relació saludable durant aquests moments estressants.



Si s'està davant alguna o diverses d'aquestes situacions i es creu necessari acudir a un especialista, aquests són els passos que hem de seguir:

1. **Recerca d'un terapeuta amb experiència i formació en teràpia de parella**. Es poden demanar recomanacions a amics, familiars o professionals de la salut mental, o utilitzar directoris en línia per a trobar terapeutes en la seva àrea.
2. **Avaluació inicial**: Durant la primera sessió, el terapeuta avaluarà la relació i recopilarà informació sobre els problemes i desafiaments específics que enfronten. També poden discutir les expectatives i metes per a la teràpia.
3. **Exploració dels problemes**: A mesura que avancin en la teràpia, el terapeuta ajudarà a identificar i explorar els problemes subjacents en la relació.
4. **Desenvolupament d'habilitats**: El terapeuta treballarà llaura desenvolupar habilitats de comunicació efectiva, resolució de conflictes i maneig de l'estrès. S'aprendrà a expressar les necessitats i desitjos de manera constructiva i a escoltar activament la parella.
5. **Treball en equip i compromís**: La teràpia de parella requereix un esforç conjunt i un compromís mutu per a aconseguir canvis positius. És important que tots dos estiguin disposats a treballar en la relació i a implementar les eines i estratègies apreses en la teràpia en la seva vida diària.
6. **Seguiment i manteniment**: Una vegada assolits els objectius terapèutics, és possible que es decideixi continuar amb sessions de seguiment per a mantenir i enfortir els avanços realitzats.

Un terapeuta capacitat pot proporcionar una perspectiva neutral, oferir eines i tècniques efectives, i brindar un espai segur perquè la parella explori i treballi en els seus problemes. EVA REMOLINA

Postpart: Quins canvis físics i emocionals es presenten?

El període de postpart, també conegut com a puerperi, és el temps després del part en el qual el cos de la dona es recupera i torna al seu estat anterior a l'embaràs. Aquest període dura aproximadament sis setmanes i és un moment de molts canvis físics i emocionals per a la nova mare.



Pel que fa als canvis físics, els més comuns són: L'úter es contreu per a tornar a la seva grandària normal. Els pits poden tornar-se més grans i pesats a causa de la producció de llet, i sentir-se més sensibles i dolorosos. La vagina pot sentir pressió.

El postpart també és un període de canvis emocionals significatius per a moltes dones. Algunes dones poden experimentar sentiments d'alegria i felicitat, mentre que unes altres poden sentir-se aclaparades, ansioses o tristes.

És comú que moltes dones experimentin una sensació de tristesa o plor fàcil durant els primers

dies o setmanes després del part.

També és comú que moltes dones experimentin ansietat després del part, especialment en relació amb la cura del noutat. I no és estrany que, després del part, algunes dones puguin experimentar canvis en la seva libido, a causa de canvis hormonals i a l'estrès de la cura del noutat.

Quedar-se adormit al volant: un risc real d'accidents

Sentir cansament i somnolència quan conduïm és més freqüent del que pensem i, a més, un risc real.

Entre els múltiples factors que afavoreixen el somni, destaquen quatre: la monotonia (una carretera recta, en silenci...); les hores prèvies de vigília (el temps que portem deserts abans d'iniciar el viatge influeix en el cansament i el somni durant el trajecte); dormir malament o prendre uns certs medicaments i el moment del dia (els moments crítics són les matinades i les tardes).



En tots els casos, els següents consells et poden servir:

Si sents una mica de somnolència, para i descansa. És preferible perdre uns minuts que perdre el control del vehicle i sofrir un accident.

Evita, si pots, les hores crítiques (de matinada i havent dinat) i para sempre cada 2 hores o 200 quilòmetres.

Ventila el cotxe. Renovar l'aire sempre ajuda a mantenir la vigília.

No et relaxis al volant. Cuida la posició del cos en el seient i evita la música suau en els moments més crítics.

Evita els menjars previs massa copiosos i no consumeixis alcohol.

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

Clínica Dental Ayuso & Schisano
Estètica dental. Ortodòncia
Odontologia general. Implantologia
 c/ Avel·lí Xalabarder, 17 - tel. 93 866 55 06
 Caldes de Montbui

Dr. C. SURRIBAS

METGE PSIQUIATRE

HORES CONVINQUDES

www.psiquiatriacaldesdemontbui.com

c/ Forn, 23 2n pis - CALDES

Tel. 93 865 44 86

CLÍNICA DENTAL BORRELL

Pi i Margall 24 ★ 93 865 45 79

08140//CALDES DE MONTBUI

Dra. MARIA XALABARDER SAGALÉS

- . Medicina familiar i comunitària
- . Dietes de prescripció mèdica
- . Centre d'obtenció de mostres de laboratori

c/ Aparici núm. 2, 1er 2a - Caldes de Montbui

Tel. 617592132 - mariaxalabarder@gmail.com

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

TOT Caldes

busca'ns a

Instagram

Preparar un bon mojito

El mojito és un còctel clàssic i refrescant originari de Cuba, ideal per als dies calorosos d'estiu o per gaudir d'una festa amb amics. En aquest article, t'ensenyem com preparar un mojito perfecte, amb alguns trucs i consells que faran que aquest còctel sigui una veritable delícia per als teus sentits.

Ingredients:

Rom blanc: Fes servir un de bona qualitat, preferiblement una varietat lleugera i suau.

Llimones: El suc de llimona és un dels components clau del mojito. Si són fresques, reforçarà el seu sabor.

Sucre: Utilitza sucre blanc o sucre de canya per endolcir el còctel.

Menta fresca: un ingredient imprescindible en el mojito. Si les fulles de menta a l'igual que la llimona són fresques, aconseguiràs alliberar tot el seu aroma.

Soda o aigua amb gas: Aquest ingredient aporta l'efervescència característica al mojito.

Gel.

Preparació:

Per començar, reuneix tots els utensilis mínims necessaris: un morter, una copa alta i un colador.

Trucs per alleugerir el mojito:

Si prefereixes un mojito menys alcohòlic, hi ha algunes tècniques que pots emprar:

Posa menys quantitat de rom.

Afegeix més quantitat de refresc, com

aigua amb gas o soda.
Redueix la quantitat de sucre.

(prèviament picat) o compra'l ja preparat.
Finalment, afegeix el rom fins a cobrir el



Pas a pas:

a) Talla les llimones en rodanxes i extreu el suc dins de la copa alta.

b) En un morter, afegeix dues cullerades de sucre, el suc de llimona i la menta i amaga-ho tot. Aquest pas és crucial per alliberar tot el sabor de la menta. No cal que ho facis massa fort, només per trencar les fulles i alliberar els seus olis essencials.

Omple fins a la meitat de la copa amb gel

gel, remena bé la mescla per barrejar els ingredients i aconseguir que el sucre s'integri amb el líquid i completa la copa amb la soda o l'aigua amb gas.

Decora amb una branca de menta i una rodanxa de llimona a la part superior.

Servei i presentació:

El mojito és millor degustar-lo ben fresc. Pots posar la copa al congelador durant uns minuts abans de servir-lo.

EL PA TORRAT
pizzeria-llesqueria

93 865 40 78

c/ Bellit, 5 - Caldes de Montbui
elpatortatdecaldesdm@gmail.com

25^è aniversari

El Pa Torrat de Caldes

na Madrona
Restaurant

Consulta la nostra carta de menjar per emportar



www.namadronea.com 938 626 831 - 662 477 727

c/ Canal, 8 - 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 dia 8,75 i 9,95 euros
c/ Aparici, 4 - CALDES



Presets

CANSALADERIA
XARCUTERIA
CA LAMALIA

Elaboració pròpia

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

Los Maños
DE ROBERT

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

Avda. Pi i Margall, 59
Tel. 655 663 425
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

Punt de voluntariat i entitats: Projecte «Mentoria», acompanyament a infants i joves nouvinguts

Caldes Solidària, a través del Punt de voluntariat i entitats, fa una crida a la ciutadania interessada en col·laborar en el projecte "Mentoria", una eina d'acollida al municipi per als infants i persones joves que acaben d'arribar de l'estranger. S'ofereix a totes famílies que reagrupen els seus fills. Si t'interessa aquesta crida puntual de voluntariat o tens alguna consulta adreça't a: (participacio@caldesdemontbui.cat) 93 115 09 47.

Reflexions

Déu creador

Detenir-nos, reflexionar, observar i admirar les meravelles del nostre Déu, és un exercici que es realitza cada vegada menys, sigui per l'intens ritme de vida que avui porta la humanitat, les activitats socials, etc... Anem tan accelerats en tot, que no ens prenem el temps d'apartar-nos i estar desconnectats per "desintoxicar" la nostra ment. La rutina que ens atabala i les moltes responsabilitats tendeixen a afectar la nostra vida llevant-nos de vegades la pau. Ni esmentar la televisió, el mòbil i la Internet, que ens bombardegen i ens aïllen de les relacions interpersonals.

Aquest temps de vacances pot ser una bona ocasió per parar-nos a gaudir de la meravellosa naturalesa; donar als nostres fills l'oportunitat de jugar amb la família a l'aire lliure, contemplar a la fresca l'interessant panorama d'un cel tupidament estelat, animant-los a apreciar al màxim la creació de Déu, donant-li gràcies per l'obra de les seves mans. Estimar als animals, cuidar de les plantes, és un legat que hem de deixar també a aquesta generació. Gaudir de la naturalesa i estimar-la és un relax per al cos, la ment i l'esperit. I que aquest pugui també ser un temps per apropar-nos més a Déu, considerant el seu gran amor vers nosaltres.

Bones Vacances!!

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 -

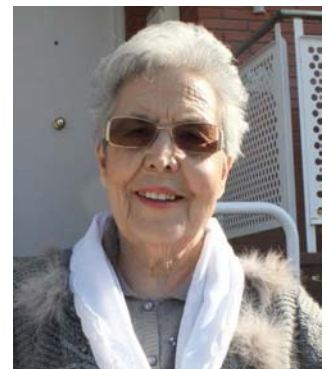
PROGRAMES DE TELEVISIÓ :
. Néixer de Nou: darrer diumenge de mes a partir de les 10h a TV3.
. Buenas Noticias TV:
Cada diumenge a les 9,30h per La 2.

ESGLÉSIA EVANGÈLICA



OBERTS A DÉU,
OBERTS AL POBLE
DES DE 1880

10è any del traspàs d' Eva Casabayó Codina



En aquesta vida, jo no tinc riqueses, però allà a la glòria, tinc una mansió. Quan jo caminava, enmig de tristesses, Jesús va cridar-me, amb gran compassió. Més enllà del sol, més enllà del sol, jo tinc una llar, una bella llar, més enllà del sol.

La teva família que t'estima i mai t'oblida.

21 d'agost de 2023

Il·lumina la teva llar i estalvia amb nosaltres!

A l'Electra Energia volem ser la teva elèctrica de proximitat i per això t'oferim els millors avantatges. Podràs gaudir de la nostra energia 100% verda, reduir la teva factura i rebre una atenció personalitzada en tot moment. Què més necessites? Truca'ns i t'informem!

