

**El 2 de febrer s'inaugurarà
el nou teatre del Centre
Democràtic i Progressista** P4

**La cercavila dels Tres
Tombs i el Ball de Plaça
en imatges** P8 i P9

**Caldes is Hell celebra
els 10 anys de cançó
de taverna calderina** P7

TOT Caldes

de Montbui



Núm. 1766
Del 26 de gener
a l'1 de febrer de 2024

Distribució gratuïta
Any XXXVIII



JDB

Caldes celebra la festa de Sant Antoni amb els Tres Tombs i el Ball de Plaça

Grup Veterinària

**Ecografia Doppler - Endoscòpia i Laparoscòpia
Traumatologia - Analítiques - Medicina general
Servei de perruqueria canina**

c/ Anselm Clavé, 23
Tel. 93 843 53 47 - Lliçà d'Amunt
c/ Camí de la Torre, 1
Tel. 93 865 66 58 - Bigues i Riells
c/ Pompeu fabra, 1
Tel. 93 117 57 83 - Santa Eulàlia de Ronçana

TEL. URGÈNCIES: 608 34 62 63 Av. Pi i Margall, 81 - Tel. 93 865 19 86 - CALDES DE MONTBUI

Agenda

Dijous 25 de gener

18h – Biblioteca

“Plantem un conte” a càrrec de l’Escola de Cultura de Pau.
Per infants a partir de 4 anys.

19h – El Centre, Ateneu Democràtic i Progressista

La JAM del Centre amb Laia Cagigal, veu; Txema Riera, piano; Miguel “Pintxo” Villar, saxo tenor; Pep Mula, bateria.
Preu: 8/10 euros.

Dissabte 27 de gener

18 h - Casino de Caldes

Mar i Cel

Actuació participativa, amb els beneficis destinats a la Fundació Santa Susanna.
Preu: 12 euros

19.30h . El Centre, Ateneu Democràtic i Progressista

Caldes is Hell

Diumenge 28 de gener

19.30h . El Centre, Ateneu Democràtic i Progressista

Caldes is Hell

Fins el 28 de gener

Altell del Centre

Exposició “Cuinar” de la calderina Laia Serra. Mostra fotogràfica que mostra la gastronomia com una obra d’art.

Dijous 1 de febrer

19h – Cafè del Centre

Conferència “Ètica i Política. Una perspectiva Filosòfica”.

A càrrec de Xavier Llop i Guiteras.

Org. Universitat Popular de Caldes.

Divendres 2 de febrer

19h – El Centre, Ateneu Democràtic i Progressista

Inauguració del nou Teatre del Centre
Entrada gratuïta sol·licitant invitació a: www.centredemocratic.cat

L’espectacle inaugural del nou teatre serà la preestrena d’ “He mort el pop”.

La celebració de l’obertura del nou teatre també comptarà amb una exposició retrospectiva que fa un repàs per anys de cultura i arts escèniques al teatre del Centre (a l’Altell del Centre, del 2 al 22 de febrer).

Dissabte 3 de febrer

20h – Nou teatre del Centre

Obra “He mort el pop”. L’obra recull tres de les peces més rellevants de l’autor: Mar i Cel, Maria Rosa i Terra Baixa. Paròdia amable i original sobre el món i els personatges d’Àngel Guimerà.

Diumenge 4 de febrer

19.30h – Cafè del Centre

Concert d’Os Chotos.

Grup de folk aragonès que presenta el seu nou àlbum “Plantando fuerte”

Fins el 4 de febrer

Espai d’Art Casino

Exposició “Món casteller a la Vila Termal”, a càrrec dels Castellars de Caldes.

Dimecres 7 de febrer

19h – Sala de les Cuines de Can Rius

Conferència “Creences i ritualitat associada a l’ús i maneig dels recursos naturals a llatinoamèrica” a càrrec de Dídac Santos, Doctor en Antropologia.
Org. Aules d’Extensió Universitària “Delfi Dalmau i Argemir” de Caldes.



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



 **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		



43 carros i un centenar de genets participen en la cercavila dels Tres Tombs

El passat cap de setmana, Caldes de Montbui va tornar a celebrar la feta de Sant Antoni Abat, organitzada per la Facultat de Sant Antoni.

Dissabte va actuar a la Residència Santa Susanna el grup dansaire amb la ballada del típic Ball de Plaça.

Diumenge va començar amb l'esmorzar del traginer, l'acompanyament del portabandera a l'església de Santa Maria amb la banda musical "Unió Filharmònica" del Prat del Llobregat.

A continuació es va fer l'ofici solemne i es va repartir panets beneïts a la sortida de l'església.

A mig matí va començar la cercavila dels Tres Tombs pels carrers de Caldes, amb el repartiment al finalitzar de carquinyolis i vi bo davant el parc de l'Estació. Hi van participar un centenar de genets, 38 carros, 5 carros de tracció mecànica i 3 tractors antics.

Davant les protestes d'algunes entitats defensores dels animals, la Facultat de Sant Antoni va manifestar que la festa compleix el protocol de benestar animal que marca la Federació Catalana dels Tres Tombs.

A la tarda va començar el tradicional Ball de Plaça, amb l'actuació de totes les colles participants i del grup dansaire. La música de la dansa va anar a càrrec de la Cobla Ciutat de Granollers. En acabat hi va haver un concert de música catalana al Casino a càrrec de l'orquestra Costa Brava.

A la nit es va celebrar la fi de festa, el sorteig de la rifa del porc (que va premiar els números 0554, 15.470 i 0155) i es va fer el lliurament de la bandera als porta-banderes de l'any vinent, acompanyats per la música de l'orquestra Costa Brava. També es va fer un acte commemoratiu en reconeixement en els portabanderes de l'any 1974 (50è) i 1999 (25è) aniversari.



Fotos: JDB

El 2 de febrer s'inaugurarà el nou teatre del Centre Democràtic i Progressista

El proper 2 de febrer, a les 19:00 hores, tindrà lloc l'acte d'inauguració del Teatre del Centre, el nou equipament cultural del Centre, Ateneu Democràtic i Progressista de Caldes de Montbui; una sala moderna amb capacitat per a 200 espectadors.

La inauguració del Teatre del Centre esdevé un nou impuls per a la cultura i la vida associativa a Caldes de Montbui, ja que la nova sala contribuirà a ampliar i diversificar l'oferta cultural de la vila amb propostes teatrals, musicals, cinematogràfiques i conferències, a més de donar suport a les entitats i projectes culturals del municipi, tant professionals com amateurs.

Les obres de rehabilitació del Teatre del Centre han suposat una inversió total de més d'un milió d'euros, que s'ha finançat amb la col·laboració de l'Ajuntament de Caldes de Montbui, la Generalitat de Catalunya i el mateix Centre, que ha demostrat un gran exercici de compromís i sacrifici. De fet, els socis del Centre han treballat de forma voluntària durant molts anys per tirar endavant aquest nou equipament i convertir-lo en un referent.

La inauguració del Teatre del Centre és un reconeixement a aquest treball i dedicació dels socis del Centre. Una entitat que, durant els anys de rehabilitació, a més de programar activitats de cultura popular, ha afrontat altres nous projectes comunitaris, com la cooperativa d'habitatge social Coobert, la Universitat Popular de Caldes de Montbui, el club mixt de Rugby & Touch o el Concurs de Teatre Amateur de Caldes (TACA'M).

El Centre aposta per una col·laboració

estreta amb l'Ajuntament de Caldes per poder programar espectacles, cinema i activitats familiars. Segons Jaume Pieres, "la col·laboració amb l'Ajuntament ha de garantir l'ús públic del Teatre del Centre per poder convertir-lo en un espai de trobada i creació cultural per a tota la comunitat".

com el carnestoltes i altres dates destacades del calendari eren els grans moments de trobada, tot i que, de manera recurrent, es programaven activitats i espectacles al teatre de l'ateneu. Durant la 2a República, la programació d'actes socioculturals es combinava amb l'activitat política, motiu pel qual, el



L'objectiu del Centre és poder presentar, en breu, una programació estable catalana i de qualitat, que combini l'aportació pública i la gestió associativa.

Un teatre amb molta història

Les primeres peces teatrals que es van representar al Centre de Caldes daten de finals del segle XIX i, ja als anys 20 del passat segle, un grup de socis sota el nom d'Agrupació del Centre i Companyia d'Aficionats del Centre van començar a programar actuacions al teatre de l'entitat.

Va ser una època en què l'activitat social i cultural de Caldes de Montbui es coïa a les seves entitats i espais socials, que competien per oferir el millor programa. La Festa Major, i les festivitats populars

Centre va patir una forta repressió franquista a partir de l'any 1939, que va comportar la confiscació del seu local social i les seves pertinences. Va ser a partir de 1978, amb la recuperació de l'espai, quan es va tornar a obrir el teatre i s'hi va reactivar l'activitat d'arts escèniques.

L'espectacle inaugural del nou teatre serà la preestrena d'HE MORT EL POP, que ha estat creada per Lluís-Anton Baulenas, dirigida per Marc Vilavella, amb la direcció i creació musical de Marc Sambola. L'obra, que es representarà al Teatre del Centre el dissabte 3 de febrer a les 20:00 hores, recull tres de les peces més rellevants de l'autor: Mar i Cel, Maria Rosa i Terra Baixa.



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



Comença la renovació de l'arbrat urbà amb la plantació d'una seixantena d'arbres en diferents carrers i places

En marxa els treballs per renovar i mantenir l'arbrat urbà de Caldes de Montbui. Entre gener i febrer es plantaran una seixantena d'arbres en diferents carrers i places del municipi. D'una banda, es substituiran una trentena d'arbres per espècies que estan malmeses i que generen molèsties fitosanitàries i, d'altra banda, es renovaran una trentena d'arbres morts per, entre d'altres motius, la sequera. En total, es destinaran uns 15.000 euros a aquestes actuacions.

L'actuació més important es durà a terme al carrer Montserrat, on es substituiran una vintena dels actuals arbres per una nova espècie. En concret, es tracta dels arbres que hi ha entre els carrers de Balmes i Buenos Aires, unes robínies

pseudoacàcies que seran substituïdes per uns citrus aurantiums o tarongers agres. D'aquesta manera, s'homogeneïtzen els arbres que hi haurà en



aquest carrer que, ara, seran de la mateixa espècie. El canvi es fa per un doble motiu, primer, perquè bona part

dels arbres estan malmesos per atacs vandàlics o amb branques trencades per col·lisions de vehicles; i segon, per evitar els problemes fitosanitaris que genera actualment aquesta espècie.

L'altra actuació significativa es farà a la plaça Moreu, on els 7 falsos plataners que hi ha plantats actualment a les zones de pas es substituiran per unes sòfores. Paral·lelament, al parc de la Bolera es plantaran tres nous arbres per incrementar l'àrea d'ombra d'aquest nou espai.

Les actuacions en l'arbrat urbà també preveuen la retirada i replantació d'uns trentena d'arbres morts durant l'últim any per, entre d'altres motius, la sequera.

AMIANT

AMIA

AM

A



Informa-te'n a
amiant.gencat.cat



PUNT FINAL

La Generalitat de Catalunya treballa per eliminar l'amiant a través del Pla nacional per a l'erradicació de l'amiant a Catalunya.

**PLA NACIONAL
PER A L'ERRADICACIÓ
DE L'AMIANT A CATALUNYA
2023-2032**



**Generalitat
de Catalunya**

**sempre
endavant** 

Els calderins Esther Tenedor i Josep Checa exposen a Corea del Sud

El Museu Temàtic de Haegeumgang i el Museu d'Art Yukyung (director Kyung Myung-ja, Yu Cheon-eob) porten a terme l'exposició individual de l'artista calderina Esther Tenedor Solsona "Close your Eyes and Look at Nature" que estarà fins el 25 de febrer.

"Tanca els ulls i mira la natura" consisteix en pintures inspirades en flors, tema favorit d'Esther Tenedor, i poemes escrits per a ella pel reconegut poeta calderí Josep Checa. Atès que és una combinació de poesia i pintura, és més significatiu tant per a l'artista com per al seu públic.

"On dormen els àngels", un indret en calma amb coixins d'herbassar. Amb flors bressolades per un suau alabastre, silent com un mut fregadís de les plomes

El calderí Lucas Cruz aconsegueix el seu 4t Ral·li Dakar al costat de Carlos Sainz

Lucas Cruz, veí de Caldes de Montbui, ha aconseguit el seu quart Ral·li Dakar sent el copilot de Carlos Sainz amb un Audi RS Q e-tron. "Soc el qui li diu a l'oïda per on ha d'anar el pilot Carlos Sainz (61 anys)", diu el copilot



Lucas Cruz, nascut a Caldes de Montbui el 1974. És enginyer informàtic que es dedica als ral·li-raids des de fa 30 anys com a copilot. Ha disputat 18 edicions del Ral·li Dakar i n'ha guanyat 4. Van guanyar el 2010 amb la marca Volkswagen, guanyant els altres anys amb un Peugeot, Mini i enguany amb Audi.



dels mussols. Van i tornen quan els crepuscles dauren els boscos i les ribes, i enterboleixen els contorns de la realitat. Diuen que ens vetllen, que ens xiuxiuegen la bonhomia de les coses més senzilles. Paraules sordes per nosaltres, només un brunzit imperceptible de presències etèries que van i tornen, persistents, de les clarianes sempre florides.

Esther Tenedor ja porta a les espatlles una colla d'exposicions internacionals, i ben lluny, cosa que fa que ja la comencin a conèixer i la demanin per exposar a molts països.

Anem al Casino

**5è CONCERT SOLIDARI
CALDES DE MONTBUI**

Mar i Cel

27 de gener a les 18h al Casino
3 de febrer a les 12h
a les 18h al Casino

SOLISTES: Germán de la Riva, Núria Andon, Carlota Herranz, Oriol Bassols, Laia Pujol, Jordi Radigales, Diego Manchado, Toni Marín, Vicens Conejos...

CORS: Orfeó format per 80 cantaires de corals Calderines i Vallesanes

DIRECCIÓ: Xesco Camps, Ferran Devesa, Jordi Piccorelli, Marta de la Riva

ORQUESTRA: Músics de la Simfònica Sant Cugat

ENTRADA: 12 euros
BENEFICIS DESTINATS A LA FUNDACIÓ SANTA SUSANNA

VENDA ENTRADES A LES TAQUILLES DEL CASINO dijous de 17h a 19h
VENDA ONLINE: <http://bit.ly/maricelcaldes>
DONACIONS FILA ZERO: <https://bit.ly/maricelfilazero>

Disseny Gràfic: Estrella Estany i Corbera

Deu anys de cançó de taverna calderina

L'Aplec Caldes is Hell bufa 10 espelmes. Edició rere edició, el concert de cançons de taverna sobre Caldes de Montbui impulsat pel músic local Ramon Solé s'ha anat convertint en una petita tradició local del mes de gener a la vila termal i enguany ho serà per partida doble: per primer cop, la banda liderada per Solé oferirà dos concerts, el dissabte i diumenge 27 i 28 de gener, per als quals ja s'han exhaurit totes les entrades.

Per celebrar l'efemèride hi haurà elements especials i sorpreses a dalt i a baix de l'escenari.

En aquest sentit, el Caldes is Hell gaudirà, un any més, de la complicitat de la companyia Tres pares de narices i de Vicenç Conejos, clowns locals que formen part de l'espectacle des de fa algunes edicions.

L'origen d'aquest projecte va ser la gravació del disc "Aquest collons de poble" i altres cançons sobre Caldes de Montbui (Petit Indie, 2014), un recull de composicions de Ramon Solé molt influenciades pel folk irlandès de taverna i que parlen de la relació de l'autor amb el seu entorn més immediat. Cançons que van des de la sàtira a l'amor, de l'elogi a l'autocrítica, i que

conviden calderins i calderines a riure's d'ells mateixos des de l'afecte profund pel seu poble. Tot plegat, en un disc que reivindica el cant de taverna a casa nostra com a exercici de catarsi col·lectiva, identitat i arrelament.



El disc es va gravar en directe el 3 de maig de 2014 al cafè d'El Centre, Ateneu Democràtic i Progressista, un local històric de la localitat ple a vessar i amb una banda de sis músics aplegada per l'ocasió.

La proposta va tenir una gran acollida: molta gent del poble es va identificar amb aquestes cançons i les va incorporar al seu imaginari, i el que inicialment s'havia de quedar en un disc i un concert únic es va convertir en una cita

anual de celebració de la identitat local, amb les entrades exhaurides a cada edició.

Els horaris dels dos concerts seran el dissabte 27 de gener a les 20h i el diumenge 28 a les 19.30h al Centre.

araCaldes inicia les Àgores en l'estrena de la nova seu

Divendres 19 de gener a la tarda, araCaldes va obrir les portes de la nova seu, situada al carrer Sant Pau, 16, amb la celebració de la primera Àgora. Aquestes trobades es faran dos cops l'any i són un espai de debat obert a la ciutadania per explicar de forma directa la feina feta en els darrers mesos i plantejar temes d'interès per als calderins i calderines.

AraCaldes fa una valoració molt positiva d'aquesta primera jornada, a la que van assistir-hi unes 25 persones. Al llarg d'una hora, aproximadament, diferents membres d'araCaldes van explicar què s'ha fet fins ara: qüestions com l'organització interna, les mocions

presentades al Ple municipal, el llançament de la pàgina web, l'estat econòmic de l'Ajuntament i les comissions de treball del grup.



Aquesta primera part va anar seguida d'un debat amb les persones assistents, que van plantejar obertament les seves demandes i preocupacions sobre el municipi. Alguns dels temes tractats van ser el model de deixalles, l'habitatge, les escoles bressol i la immigració, entre d'altres.

araCaldes va emplaçar a la propera trobada, el dijous 29 de febrer a les 19.15h a les Cases dels Mestres, amb la conferència divulgativa titulada "Posem salut a les polítiques municipals?". La xerrada anirà a càrrec d'Esther Franquet Barnils, directora infermera de Fundació Puigvert.

Els Tres Tombs



Imatges de la cercavila dels Tres Tombs a Caldes.

El Ball de Plaça



Pastanaga, ou o cafè?



Aquesta setmana va venir la Clara a la consulta... es queixava de que la setmana havia anat molt malament. Tot li havia anat malament, segons deia, a la feina, a casa, amb

els nens... Em deia que últimament s'atabala molt perquè veu a altres dones a les que els hi passen coses semblant a ella i no es desborden... es controlen o inclús poden passar pàgina sense que això les faci estar rumiant tot el dia sobre el mateix.

Li vaig dir que li volia explicar un conte. Primer em va mirar sorpresa, però des de la confiança que em té (sabia que ho feia amb alguna intenció), es va posar còmode a la cadira i em va escoltar.

"Una nieta se quejaba a su abuela sobre su vida y cómo las cosas que le pasaban le estaban siendo muy difíciles. No sabía cómo hacer para seguir afrontándolas y creía que no lo conseguiría. Estaba cansada de luchar. Parecía que cuando solucionaba un problema, aparecía otro."

Su abuela la llevó a la cocina. Allí llenó tres ollas con agua y las colocó al fuego. Pronto el agua de las tres ollas estaba hirviendo. En una colocó zanahorias, en otra colocó huevos y en la última colocó granos de café. Las dejó hervir sin decir palabra.

La nieta esperó pacientemente, preguntándose qué estaría haciendo su abuela. A los veinte minutos la abuela apagó el fuego.

Sacó las zanahorias y las colocó en un recipiente. Sacó los huevos y los colocó en otro. Coló el café y lo puso en un tercer recipiente.

Mirando a su nieta le dijo: "Sara, ¿qué ves?"

- "Zanahorias, huevos y café", fue su respuesta.

La hizo acercarse a la encimera, donde había apoyado los recipientes y le pidió que tocara las zanahorias. Sara lo hizo y notó que estaban blandas. Luego le pidió que tomara un huevo y lo rompiera. Después de sacarle la cáscara, observó el huevo duro. Más tarde le pidió que probara el café. Ella sonrió mientras disfrutaba de su rico aroma.

Sara preguntó a su abuela: "¿Qué significa esto, yaya?"

La abuela le explicó que los tres elementos habían enfrentado la misma adversidad: ¡agua hirviendo!, pero que cada uno había reaccionado en forma diferente:

- La zanahoria llegó al agua siendo fuerte y dura. Pero después de pasar por el agua hirviendo se había vuelto débil, fácil de deshacer.

- El huevo había llegado al agua siendo frágil. Su cáscara fina protegía su interior líquido. Pero después de estar en agua hirviendo, su interior se había endurecido, quizás demasiado..., se mostraba duro e inaccesible...

- Los granos de café sin embargo eran únicos. Después de estar en agua hirviendo, han cambiado al agua.

"¿Cual eres tú?", le preguntó a su nieta. "Cuando la adversidad llama a tu puerta, ¿Cómo respondes? ¿Eres una zanahoria que parece fuerte pero que cuando la

adversidad y el dolor te tocan, te vuelves débil y pierdes tu fortaleza? ¿Eres un huevo, que comienza con un corazón maleable? ¿Poseías un espíritu fluido, pero después de una muerte, una separación un despido, o cualquier otra cosa que te afecte, te has vuelto dura y rígida? Por fuera eres igual pero, ¿cómo te has transformado por dentro?

¿O eres como el café? El café cambia el agua, al elemento que le causa dolor. Cuando el agua llega al punto de ebullición, el café alcanza su mejor sabor. Si eres como el grano de café, cuando las cosas se ponen peor, tú reaccionas mejor y haces que las cosas a tu alrededor mejoren, cambias la situación, pero también tu actitud y tu emoción".

I tu què vols ser??? Pastanaga, ou o cafè???

Vanessa Olmos
Psicòloga

Fàcil és bo?

La resposta no és senzilla. Però sembla evident que en el món de la gastronomia, la facilitat de consum, entesa com a manca d'entrebancs, és un valor a l'alça. Només cal veure com aquest hivern s'ha produït l'eclosió del raïm sense pinyols. I com les informacions sobre la "carn vegetal" crescuda de moment en laboratori, sovintegen cada cop més. Com si ens estiguessin preparant per a una ofensiva mediàtica tan bon punt la tecnologia de la producció permeti garantir l'oferta suficient que demani el mercat. Donant per suposat que els possibles canvis del producte que ha calgut fer per arribar fins on som, són completament innocus i no afecten el sabor, la textura... o la salut.

I aquí és on tinc els meus dubtes. Perquè, centrant-me en el raïm, si comparem el meu estimat moscatell amb la varietat Sultanina (també coneguda com a Thompson Seedless) que domina el mercat, hem de reconèixer que és menys dolça que la nostra quan està en el punt de maduració. Però, per altra banda, la seva textura -més ferma i consistent- permet una conservació més llarga a

la nevera o fora d'ella. Una propietat a tenir en compte en aquests temps de compra setmanal o per Internet.

Tampoc ens hauríem d'escandalitzar si pensem en com la varietat original de col oberta i fosca de color com l'encara resistent espigall, va donar pas a les varietats capçades de molt més fàcil conservació i preparació que dominen el mercat.

Són noves oportunitats (nínxols de mercat en diuen?) que obren portes en moments o llocs on les condicions naturals no permetrien competir. Començant per la situació climàtica que no permetia disposar de raïm en el període fred de l'any i que fins ara havíem resolt a força de guardar-lo al rebost o sotmetre'l a l'assecamment que el feia pansa. Incorporant-hi d'uns anys ençà el viatge d'un hemisferi a l'altra. Ara, però, ja podem llegir com algun d'aquests raïms pregona el seu origen hispà, de regions càlides i sovint amb hivernacles. Com deia el poeta, "tot està per fer i tot és possible". Però ens hauríem de preguntar si, a més de possible, és convenient.

Francesc Murgadas



L'Ajuntament informa

Servei d'assessorament "Rsolt" de la Biblioteca Municipal

El nou servei d'assessorament "Rsolt" de la Biblioteca Municipal de Caldes de Montbui proporciona ajuda a l'hora de descarregar llibres electrònics o instal·lar l'aplicació mòbil de la Xarxa de Biblioteques. També ofereix orientació amb la tramitació d'un certificat digital i dona assistència a consultes tècniques relacionades amb la Biblioteca.

Més informació a bibliotecaldes.cat

Informació de servei: canvi del domicili fiscal d'un vehicle

La Direcció General de Trànsit ha habilitat un tràmit en línia per poder canviar el domicili fiscal dels vehicles. Consulteu la seva seu electrònica per a més informació. També podeu accedir al tràmit a través del web de l'Ajuntament de Caldes de Montbui i a través de l'Organisme de Gestió Tributària de la Diputació de Barcelona, de forma presencial o telemàtica.

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

Cursos del Taller d'Art Municipal Manolo Hugué

El Taller d'Art ofereix uns tallers anuals de dibuix, pintura i fotografia i uns tallers trimestrals de joieria, fotografia, gravat, aquarel·la, ceràmica i serigrafia per a adults. Informació i inscripcions al Centre Cívic o telemàticament a la web del Taller d'Art.

Un cop de mà. Rumia i encerta-la. Gener 2024

El Centre de Normalització Lingüística publica de forma mensual un qüestionari lingüístic breu on s'han d'omplir buits, triar opcions i escriure solucions. Podeu accedir al qüestionari d'aquest mes a través que trobareu al web cpln.cat

La deixalleria mòbil s'instal·larà el dimarts 6 de febrer, de 8 a 13 h

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

Inscripcions obertes pel lluïment de disfresses i la rua del Carnestoltes 2024

Torna el Carnestoltes a Caldes de Montbui que se celebrarà el proper 10 de febrer a partir de les 17 h amb el lluïment de disfresses. Inscripcions de comparses i grups a www.caldescultura.cat fins al 4 de febrer. Consulteu les bases a: www.caldesdemontbui.cat

Procés selectiu de diverses places definitives de personal funcionari

L'Ajuntament informa del procés selectiu per cobrir de manera definitiva diverses places de personal funcionari i les corresponents borses de treball. Presentació de sol·licituds del 10 al 29 de gener de 2024. Consulteu les bases reguladores a www.caldesdemontbui.cat

Llista d'ofertes de feina actualitzades el: 19/01/2024

Núm. Oferta

355385 AUX. GERIATRIA
355304 OPERARI/ÀRIA DE PREMSA
355033 MONITOR/A DE MENJADOR (SUPLÈNCIA)
355006 DIPLOMAT/DA INFERMERIA
354756 NETEJADOR/A (SUPLÈNCIA)
354606 CAMBRER/A JORNADA PARCIAL - TARDES
354479 MOSSO/A MAGATZEM (AMB CARNET B)
353723 ELECTRICISTA
353296 OPERARI/ÀRIA DE PRODUCCIÓ (JORNADA PARTIDA)

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
. clubfeina@caldesdemontbui.cat
. clubfeina16@caldesdemontbui.cat
. pfo@caldesdemontbui.cat

Des del Servei d'Ocupació es recorda que és molt important revisar periòdicament les ofertes penjades al web: www.caldesdemontbui.cat, per tal de no perdre l'oportunitat de formar part dels processos de selecció que siguin d'interès per a les persones que cerquen ocupació.

L'exposició itinerant del PEC continua el seu recorregut per diferents espais calderins

Entre el 22 i el 31 de gener la mostra, a petició de l'AFA, es podrà veure a l'escola El Farell. Al mateix centre educatiu, el 30 de gener se celebrarà l'activitat "Música per la Pau" que posarà l'accent en els valors de la comunitat en una jornada oberta a les famílies de l'alumnat. Els següents espais on es podrà visitar la mostra seran el Centre Cívic i Cultural on hi serà del 5 al 21 de febrer i a l'escola Montbui, on també a demanda de l'AFA, quedarà instal·lada del 23 de febrer al 6 de març. Queden pendents pròximes ubicacions de les quals s'informarà properament. L'exposició ha adoptat una estratègia d'itinerància amb l'objectiu d'arribar al major nombre de persones possible. D'aquesta manera, a més d'establir-se en diversos espais municipals també es podrà visitar en altres recintes, escollits per les entitats que estiguin interessades a exhibir la mostra i així ho demanin.

Després de l'ESO, què?

Xerrada adreçada a famílies amb joves que acaben l'ESO
Dimarts 6 de febrer de 2024 a les 19.00h a la Sala Noble de Can Rius

Coneix els diferents itineraris educatius després de l'ESO

Quines variables cal tenir en compte a l'hora d'escollir què estudiar?

Com acompanyem els i les joves en aquest moment?

www.caldesdemontbui.cat

facebook.com/ajuntamentcaldesdemontbui
@AjCaldesMontbui
ajcaldesdemontbui

Ajuntament de Caldes de Montbui



www.caldesdemontbui.cat

facebook.com/ajuntamentcaldesdemontbui
@AjCaldesMontbui
ajcaldesdemontbui



Ajuntament de Caldes de Montbui



FARMÀCIES

ABB

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. 93 131 88 22

Ruano

c/ Sabadell, 45 – Tel. 93 865 05 66

RH

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

L'Hipnosi com a teràpia alternativa

La hipnosi és un estat alterat de consciència caracteritzat per una atenció focalitzada, un augment de la sugestionabilitat i una disminució de l'activitat conscient. Contràriament a la representació cinematogràfica, la hipnosi no és una pèrdua de control d'un mateix, sinó una experiència guiada en la qual la ment està més oberta a suggeriments. El terme "hipnosi" deriva de la paraula grega "hypnos", que significa son, indicant que l'estat pot semblar similar al son, tot i que es manté un nivell de consciència.

En què consisteix la hipnosi?

Durant una sessió d'hipnosi, l'hipnotitzador utilitza suggeriments verbals i tàctils per induir un estat de relaxació profund i concentració. Aquest estat permet que la ment accedeixi a la part inconscient, on s'emmagatzemen records, emocions i comportaments. És en aquesta àrea de la ment on es poden realitzar canvis positius o explorar qüestions que poden ser difícils d'abordar en un estat de consciència normal. La hipnosi s'usa per a diverses finalitats, com ara la gestió de l'estrès, la superació de pors i fòbies, la millora del rendiment, i fins i tot per a deixar de fumar. Això no obstant, és important destacar que la hipnosi no és una panacea i no és eficaç per a tothom. La resposta varia d'una persona a una altra i està influïda per diversos factors com la seva disposició, confiança en l'hipnotitzador i la seva habilitat per relaxar-se.



Com es fa la hipnosi?

La hipnosi és duta a terme per professionals entrenats, com psicòlegs clínics o hipnoterapeutes. Tot i que les tècniques específiques poden canviar segons l'especialista, la seqüència general d'una sessió inclou els següents passos:

Inducció: L'hipnotitzador introdueix l'individu en un estat de relaxació progressiva mitjançant suggeriments calmants repetitius.

Profundització: Un cop s'ha aconseguit la relaxació, l'hipnotitzador pot usar tècniques per aprofundir en l'estat hipnòtic, com ara la visualització o la concentració en sensacions físiques.

Suggeriments: Amb la ment més receptiva, es presenten suggeriments per obtenir els objectius de la sessió, com ara la reducció de l'ansietat o el canvi de comportaments no desitjats.

Retorn a la consciència normal: Al final de la sessió, l'hipnotitzador guia l'individu per tornar gradualment a l'estat de consciència normal.

La hipnosi és una eina interessant per explorar i modificar aspectes de la ment humana. Si bé la hipnosi no és una solució universal, a molts individus els hi pot oferir una via única cap a la comprensió i millora personal.



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



**Cada setmana
els consells més saludables!**

Comprendre la Fibromiàlgia: símptomes, detecció i estratègies

La fibromiàlgia és una malaltia crònica del sistema nerviós central caracteritzada per dolor generalitzat i una sensibilitat extrema als punts de pressió. Aquest dolor pot ser intens i afectar diferents àrees com els músculs, els tendons i les articulacions. Els pacients amb fibromiàlgia també poden experimentar fatiga, dificultats per dormir, problemes de concentració i alteracions de l'estat d'ànim. Encara que no existeix una cura definitiva per a aquesta condició, la comprensió dels seus símptomes, la seva detecció precoç i les estratègies per minimitzar-los, poden ajudar a millorar la qualitat de vida dels afectats.

Els símptomes de la fibromiàlgia poden variar d'una persona a una altra, però els més comuns inclouen:

- **Dolor Generalitzat:** Molèsties i dolor als músculs, tendons i articulacions de tot el cos.
- **Cansament Constant:** Sensació persistent de cansament malgrat haver tingut un son adequat.
- **Problemes de Son:** Dificultats per agafar el son, insomni o interrupcions constants del son.
- **Problemes de Concentració:** Dificultat per mantenir-se concentrat en tasques i pèrdua de memòria.
- **Sensació de Rigidesa:** Rigidesa matinal o quan es roman en una mateixa posició durant un període prolongat.



Com Detectar la Fibromiàlgia?

La fibromiàlgia sovint es diagnostica mitjançant l'avaluació clínica i l'eliminació d'altres possibles causes de dolor i fatiga. Donat que no hi ha proves específiques per confirmar la presència de la malaltia, els professionals de la salut poden utilitzar criteris establerts, com els establerts pel Col·legi Americà de Reumatologia, que inclouen la presència de dolor generalitzat i punts dolorosos específics.

Estratègies per Minimitzar els Símptomes

Els hàbits que ajuden a minimitzar els símptomes, són:

Dur a terme activitats físiques com la natació, el ioga o caminar, ajuden a mantenir la flexibilitat i reduir el dolor.

Estratègies com la meditació, la respiració profunda i la teràpia cognitiva-conductual poden ser efectives per gestionar l'estrès.

Mantenir hàbits saludables de son pot millorar la fatiga i reduir els símptomes.

Medicaments com analgèsics, antidepressius i relaxants musculars poden ser receptats per ajudar a controlar els símptomes. EVA REMOLINA

- 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

FARMÀCIA FONT DEL LLEÓ

NOU HORARI

9h-20h
de dilluns a divendres

Dissabtes
de 9h a 13:30h

farmacia_font_lleo
 625.771.356
 Forn 7, 08140, Caldes de Montbui

TOT Caldes

busca'ns a

Instagram

Les Croquetes: el plaer més cruixent

Les croquetes, aquest petit tresor culinari celebra el seu dia nacional. La base d'una bona croqueta recau en una beixamel ben feta.

Aquests són els ingredients que necessites:

50 g de mantega
50 g de farina
500 ml de llet
Sal i pebre al gust
Nou moscada (opcional)

Pas a pas:

1. Preparació de la Beixamel:

En una cassola a foc mitjà, cal fondre la mantega.

Afegeix la farina gradualment mentre remenes constantment fins que obtinguis una pasta uniforme.

A poc a poc, afegeix la llet sense deixar de remenar per evitar grumolls.

Continua remenant fins que la mescla arribi al punt de cocció i esdevingui una beixamel suau.

Condimenta amb sal, pebre i, si ho desitges, una mica de nou moscada per donar-li un toc especial.

Farcit

Tradicionalment, les croquetes s'omplen de pernil o pollastre, però hi ha de moltes varietats: bolets, bacallà, marisc o verdures.

Pica molt fi el pernil, el pollastre, o l'ingredient que hagis triat per al teu farcit.

Incorpora el farcit a la beixamel ja preparada.

Barreja bé fins que tots els ingredients estiguin ben integrats.

Deixa refredar la mescla a la nevera almenys durant dues hores, això facilitarà la formació de les croquetes.

Per fer les croquetes:

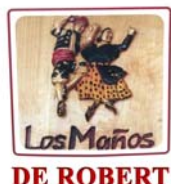
Amb les mans humides, pren petites

porcions de la mescla i dona-les la forma característica de cilindres allargats.

Passa les croquetes per ou batut i després per pa ratllat per donar-les el seu acabat cruixent.

Escalfa una paella amb oli.

Fregeix les croquetes fins que estiguin daurades per tots els costats.



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

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



CANSALADERIA
XARCUTERIA
CA L'AMALIA

Elaboració pròpia

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

na Madrona

Restaurant

Consulta la nostra carta
de menjar per emportar



www.namadrone.com 938 626 831 - 662 477 727
c/ Canal, 8 - 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 i ajudant de cuina 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, cambrer/a o cambrer/a, per cap de setmana.
Horari flexible. Tel. 93 864 89 41

Es lloga aparcament per a moto al costat del parc de l'Ametller.
Tel. 609 32 89 86

Reflexions

L'assumpte de donar

Gran part del dia el passem rebent. Ens aixequem al matí per tal de prendre un bon esmorzar abans d'anar a l'escola o a la feina. Després ens posem en marxa i aconseguim fer la feina per rebre el salari que pagarà per una sortida al cap de setmana; així rebem el descans que necessitem per iniciar la següent setmana!. L'Evangeli ens desafia que siguem persones que es preocupin més per donar que per rebre (Actes 20:35). El veritable donar involucra preocupar-nos pels altres, i al final requereix que ens desfem de l'orgull i l'egoisme. Donar exigeix sacrifici, deixar anar almenys una part del que creiem que "ens pertany".

Norman Vince Peale va dir una vegada: "Un home pobre que dona del seu servei i la seva compassió a altres ha assolit el veritable èxit, tot i que la prosperitat material o els honors públics mai arribin a la seva vida".

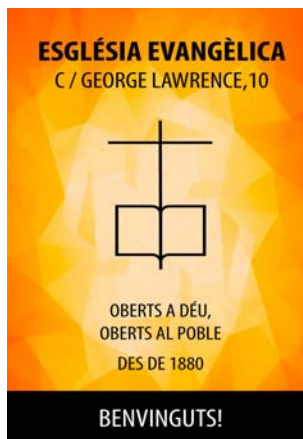
Busca una forma de donar-li alguna cosa a algun necessitat avui, ja sigui el teu temps, el teu talent, els teus esforços, les teves llàgrimes, el teu riure, els teus diners, les teves idees, etc.. Dona amb llibertat i generositat, no motivat pel que puguis rebre a canvi. El que rebràs de tornada arribarà, però deixa que la seva arribada sigui una joiosa sorpresa en el teu dia!

Que siguem feliços en aquest Nou Any que encetem ajudant a qui ho necessita!!

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

c/ GEORGE LAWRENCE, 10
- CALDES DE MONTBUI -

PROGRAMES DE TELEVISIÓ :
• **Néixer de Nou:** darrer diumenge de mes a partir de les 10h a TV3.
• **Buenas Noticias TV:**
Cada diumenge a les 9,45h per La 2.



EGLÉSIA EVANGÈLICA
C / GEORGE LAWRENCE, 10

OBERTS A DÉU,
OBERTS AL POBLE
DES DE 1880

BENVINGUTS!

RESTAURANTE CHINO PEKIN

COMIDA CHINA i SUSHI
A DOMICILIO
i PARA LLEVAR
Tels. 93 862 63 99
93 865 40 09
Menú del dia 9,90 i 11,95 euros
c/ Aparici, 4 - CALDES




JOAN PUIGDOMÈNECH i BARÓ
(de Can Patafa)

Ens va deixar
el 10 de gener de 2024.

El proper **dissabte 27 de gener a les 12:00 h del migdia**, a l'església parroquial de Santa Maria de Caldes de Montbui, li farem l'últim adeu.

FAMÍLIA PUIGDOMÈNECH-NAVARRO

Caldes de Montbui,
23 de gener de 2024



Bon Sant Antoni '24

Pl. Catalunya, 6 Caldes de Montbui Electracaldenseenergia.com