

L'historiador Solé i Sabaté
reflexiona sobre l'evolució
de la identitat catalana P8

Especial resum de la diada
de Sant Jordi 2024 P3 a P6

Es suspèn la propera edició
de la Via del Pintxo per falta
de participants P7

TOT Caldes

de Montbui



Núm. 1778
Del 26 d'abril al 2 de maig
de 2024

Distribució gratuïta
Any XXXVIII



La plaça Catalunya esdevé l'epicentre de la diada de Sant Jordi d'enguany

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



Agenda

Dijous 25 d'abril

18 h – Biblioteca

Sant Jordi 2024. Dijous de conte "Va de dracs" a càrrec de Laberta Delpoblet i s'adreça a infants a partir de 4 anys.

19 h – Cafè del Centre

Sant Jordi 2024. La Jam del Centre. Amb Txema Riera al teclat, Miguel Pintxo Villar al saxo, Pep Mur a la bateria i el músic convidat Dani Comas a la guitarra.

Fins al 25 d'abril

Altell del Centre

Exposició fotogràfica "Moments congelats en el temps". Org. El Centre, Ateneu Democràtic i Progressista.

Divendres 26 d'abril

**16.30 h – Espai de Trobada Fundació
Sta. Susanna**

Sant Jordi 2024. La llegenda de Sant Jordi, a càrrec del grup d'animació de la Fundació.

18 h – Parc del Bugarai

Sant Jordi 2024. L'Escola Municipal de

Música Joan Valls torna a organitzar la Cantata Participativa amb la participació de totes les escoles de primària de Caldes de Montbui. La Cantata és "El nen enamorat de la lluna" i serà explicada per un narrador amb l'acompanyament d'un petit combo a càrrec dels professors de l'escola de música.

19.30 h – Sala Delqer

Sant Jordi 2024. L'escola participarà en la inauguració de l'exposició d'art "Akelarre" d'Isabel Pitarc a la Sala Delger a càrrec del grup de flautes Miniflaustaff de l'EMM Joan Valls.

Dissabte 27 d'abril

11 h – Parc de l'Estació

Sant Jordi 2024. Celebració del dia mundial del circ, amb tallers de malabars, minitramp, bàscula i parkour
19 h Espectacle de teles i trapezi.
Org. El gat penjat.

12 h – Biblioteca

Taller "Creem superllavors".
A càrrec de Creadoras de Bosques i
s'adreça a nens i nenes entre 7 i 9 anys.

17 h – Punt de Trobada Fundació Sta. Susanna

Concert de la Coral del Centre.

20 h - Casino

Sant Jordi 2024. Els calderins DORIGEN presenten "La simfonia dels herois", concert solidari per la investigació del càncer cerebral. Aquest serà el darrer acte que tancarà tots els actes de la Diada de Sant Jordi a Caldes.

Fins el 5 de maig

Casino de Caldes

ArtBril, exposició col·lectiva de primavera, a càrrec d'ArtsGRUP.



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:

 Unió de Comerçants Industrials de Caldes  associació de comerciants i professionals de Caldes de Montbui

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		

Caldes viu una diada de Sant Jordi plena d'activitats

Caldes ha celebrat la diada de Sant Jordi marcada pel nou emplaçament, la plaça Catalunya, un espai escollit circumstancialment degut a la coincidència de la diada amb el mercat municipal del dimarts.

La plaça ha sigut l'epicentre de les activitats amb un escenari central, amb l'instal·lació de diverses parades al voltant. Altres parades d'entitats, de llibreries i floristes s'han ubicat a l'avinguda de Pi i Margall. Aquesta circumstància ha creat molta separació entre les parades i no s'ha gaudit d'una concentració de gent com altres anys. Respecte a la meteorologia, malgrat caure algunes gotes i alguns trons a primera hora de la tarda, ha respectat tota la jornada.

Els actes de la diada han començat a les 10 del matí, amb la ballada de Sant Jordi a càrrec de l'entitat Música i Ritme. A primera hora de la tarda els alumnes de 4t de l'escola El Calderí han posat en escena l'obra de teatre "The legend of a prince and a princess", a continuació l'Esplai de la Gent Gran ha fet una ballada de sardanes, ball en línia i sevillanes. Arrèlia, cançons i corrandes dels Països Catalans a càrrec de la coral del Calderí, l'entrega de premis del concurs PintaPunt de la Biblioteca i el Pilar de Sant Jordi dels Castellers han sigut altres activitats de tarda. Finalment, les dues escoles de dansa, Step by Step i Stage Escola d'Arts Escèniques juntament amb la performance de La Drack de Sant Jordi han donat punt final a la diada.

Altres activitats han precedit la diada del 23 d'abril com és la Trobada de Bèsties del Ball de Diables, el cicle Musicasino, l'aplec sardanista, el lliurament dels premis del concurs de contes infantils "Les veus dels somnis" o diverses presentacions de llibres d'autors locals entre altres actes.

Una de les novetats destacades d'aquest any és el Concert Solidari de Sant Jordi previst pel dissabte 27 d'abril al Casino de Caldes. Es tracta de l'es-

pectacle audiovisual "La simfonia dels herois", un projecte musical solidari amb pacients que han patit un tumor cerebral.

Altres activitats destacades d'aquesta setmana són l'espectacle-recital "Sons, llum i paraules" organitzat per l'Escola Municipal d'Adults el Roure Gros pel dimecres 24 d'abril, la cantata "El nen

enamorat de la lluna" organitzada per l'EMM Joan Valls el divendres 26 d'abril amb la participació dels infants de segon de primària de totes les escoles de Caldes. Completen el programa, entre d'altres, la celebració del Dia Mundial del Circ, el concert de l'Orquestra Municipal així com diverses exposicions.



Fotos: JDB i MMB

Sant Jordi 2024



52è Aplec Sardanista al parc de l'Estacio, organitzat per l'Agrupació Sardanista Calderina.



7a Trobada de bèsties a la plaça de la Font del Lleó, organitzada pel Ball de Diables de Caldes de Montbui.



Concert de Sant Jordi al Casino de Caldes amb l'orquestra La Principal de la Bisbal.



Fira d'art de Sant Jordi, a càrrec d'ArtsGRUP, a l'Espai d'Art del Casino.

Guanyadors i guanyadores dels premis del 20è concurs de contes "La veu dels somnis", organitzat per Acció Cívica Calderina

Categoria 8-9 anys

Primer premi: El poble de la foscor
Martina Cañas Fernández, 9 anys

Segon premi: La joia del poder
Ivet Roca Gómez, 9 anys.

Tercer premi: Una habitació màgica
Jan Mínguez Lamarca, 9 anys.

Categoria 10-12 anys

Primer premi: Amor artificial
Valèria Grande, 11 anys.

Segon premi: Un amor quasi impossible
Marta Pulgar, 11 anys.

Tercer premi: L'aventura dels dos germans.
Ainhoa Ginés, 11 anys

Categoria Juvenil 14-16 anys

Primer premi: La Beth, en Guiu i un hipògraf.
Carla López Garriga 14 anys.



Presentacions literàries d'aquest Sant Jordi

17 escons, el llibre sobre els darrers 44 anys de democràcia calderina

La publicació de Raimundo Garcia Carrera i Josep Maria Santos Ferrando és un recull de 44 anys de convocatòries electorals municipals, de la constitució d'onze consistoris (1979-2023), l'elecció de sis alcaldes i el nomenament de més de 120 càrrecs electes de l'Ajuntament de Caldes de Montbui. Són més de quatre dècades d'història de la població.

Els 17 escons fan referència a les 17 cadires per als 17 càrrecs electes que configuren el ple calderí cada mandat: l'alcaldia i 16 regidores i regidors.



Presentació del llibre **Dones de foc** de **Josep Checa**, a càrrec de Joan Navarro. Amb obres d'Esther Tenedor i fotografies de Quim Dasquens.

Lescriptora i artista calderina **Mercè Jorba**, va presentar el seu 4t llibre, **Una nit a l'Hostal Bonavida**. La presentació la va fer a la Biblioteca de Caldes i també al Centre Democràtic i Progressista omplint les dues sales de persones interessades. Va conduir l'acte Felipe Fernández amb la col·laboració de M. Antònia Xalabarder i Guillem Soto llegint alguns fragments del llibre. Fa un temps, Mercè Jorba va escriure un curtmetratge basat en aquest llibre que acaba d'editar-se i en el que hi van participar persones de Caldes que estaven a la presentació. Ara, segons sembla, s'està animant per escriure una obra de teatre basada en aquest darrer llibre que acaba de presentar. MMB

En aquest sentit, la portada està inspirada en les cadires de la Sala de Plens de l'antic ajuntament calderí, que ja s'utilitzaven l'any 1979 i es van mantenir fins al 1987.

El Casino de Caldes va ser la seu de presentació d'aquest llibre sobre els rostres i les veus que han liderat el consistori calderí. L'acte va reunir

Garcia i Santos, acompanyats del professor i escriptor Geroni Miquel Briongos, van compartir anècdotes i reflexions a l'entorn del complicat procés de reunir tota la documentació necessària per presentar el llibre.

L'acte va incloure un col·loqui entre els tres alcaldes, Isidre Pineda Moncusí, Jordi Solé Ferrando i Manel Garcia Pérez,



desenes de persones que han estat càrrecs electes al llarg d'onze mandats diferents i 44 anys, convertint-se així en un homenatge i un punt de retrobament de diferents generacions de polítics i polítics locals.

i l'alcaldessa, Montserrat Domènech Borrull, conduït per Manel Vila Valls. De la mà d'aquestes persones l'auditori va poder recordar o descobrir moments especialment difícils que han superat els diferents governs calderins.



Torna el «DeixaLlibres» a la xarxa comarcal de deixalleries

Les deixalleries comarcals, del 23 al 28 d'abril, seran l'escenari de l'activitat «DeixaLlibres», que permet dotar aquestes instal·lacions, amb motiu de la diada de Sant Jordi, d'un punt de reutilització de llibres usats provinents de la xarxa de deixalleries comarcals.

L'objectiu de l'activitat és allargar la vida útil dels llibres i que els usuaris i les usuàries d'aquestes instal·lacions puguin recuperar, de forma gratuïta, exemplars que estiguin en bon estat i els hi donin una nova vida perquè aquests tornin a ser llegits.

Mitjançant aquesta campanya iniciada pel Consorci per a la gestió dels residus del Vallès Oriental, ja s'han recuperat gairebé 40.000 exemplars, majoritàriament novel·les, llibres de contes, biografies, infantils...

Com participar

Només cal anar a la deixalleria a portar algun residu i al costat de la recepció hi haurà exposats tots els llibres que s'ofereixen.

Les persones interessades en podrà agafar fins un màxim de 3 exemplars i/o deixar-n'hi.

Horari:

. Dimarts: de 16 h a 19 h

. Dimecres a divendres: de 9:30 h a

13:30 h; i de 16 h a 19 h

. Dissabte: 9 h a 15 h

. Diumenge: de 9 h a 14:30 h

DEL 23 AL 28 D'ABRIL

DEIXA LLIBRES

ALA XARXA COMARCAL DE DEIXALLERIES



Shop in Caldes ha posat en marxa la campanya “Rasca i guanya digital”

El "Rasca i guanya digital per Sant Jordi" és el nom de la campanya que han posat en marxa els comerços de Shop in Caldes per promocionar el comerç de proximitat i la lectura.

Del 16 al 23 d'abril, s'ha pogut participar en aquest concurs escanejant els codis QR que hi ha als establiments adherits.

També s'ha pogut participar a través dels enllaços que s'ha difós a través de les xarxes socials dels comerços.

Per optar a un dels premis diaris, calia rascar digitalment la butlleta que apareixia als telèfons mòbils de cada usuari. Entre tots els participants, el sistema cada dia escollia de forma aleatòria un guanyador.

En total, entre el 16 i el 23 d'abril, es van regalar 8 llibres, un cada dia. Els participants que no van guanyar un premi directe durant aquests dies van entrar en el sorteig d'un lot de llibres, que es va realitzar l'endemà de Sant Jordi.



Suspensa la 6a edició de la Via del Pintxo per no arribar al mínim d'establiments participants



L'Ajuntament de Caldes de Montbui i el Projecte Mexcla't, coorganitzadors de la Via del Pintxo, han decidit cancel·lar la 6a edició d'aquest esdeveniment, prevista pel mes de maig. La decisió s'ha pres de forma consensuada amb l'objectiu de donar temps per repensar-la i generar noves complicitats amb el sector de la restauració del municipi.

La suspensió temporal de la Via del Pintxo arriba després de constatar la dificultat d'organitzar un esdeveniment amb la varietat i l'oferta mínima que permeti garantir una qualitat similar a la de les anteriors edicions. I, per tant, la idea és treballar en una nova proposta que pugui satisfer i millorar les expectatives que la ciutadania ha dipositat edició rere edició en aquest esdeveniment.

L'organització és conscient que la pandèmia de la Covid-19 va afectar molt especialment el sector de la restauració i l'hostaleria, i això ha fet que des d'aleshores la participació hagi minvat. Per això, no es vol renunciar a poder celebrar novament un acte com la Via del Pintxo que es converteix en un instrument per a la dinamització i la promoció de la restauració de Caldes de Montbui, i com una manera de promoure la cultura gastronòmica i el reconeixement dels productes de proximitat.

Anem al Casino



Abril

DIJOURS DE CONTE

Va de dracs!
A càrrec de **Laberta Delpoblet**

Una aventura fantàstica on els més petits viuran històries emocionants al món dels dracs. Un viatge imaginari per a famílies valentes i curioses.

A partir de 4 anys
Dijous, 25 d'abril
De 18:00 a 19:30 h.

Reserves: ☎ 683 267 016

L'historiador Solé i Sabaté reflexiona sobre l'evolució de la identitat catalana

Amb l'objectiu de seguir oferint un espai de trobada, debat i reflexió sobre temes d'interès per a la ciutadania, el dijous 18 d'abril a la tarda a les Cases dels Mestres, ara Caldes va organitzar la tercera xerrada inclosa en el cicle de conferències divulgatives, sota el títol "La identitat. D'on ets. On vius. D'on et sents". L'acte va comptar amb l'assistència d'una cinquantena de persones.

El conferenciant, el catedràtic en Història Contemporània, Josep Maria Solé i Sabaté, va iniciar la xerrada situant el marc conceptual de la identitat, on el lloc de naixement, l'ascendència i la seva construcció social la defineixen.

Tot seguit, des d'una perspectiva històrica, i entenent la identitat com un fenomen dinàmic, va centrar la seva ponència a destacar l'evolució, el cronograma de la identitat catalana, des de la Renaixença fins a l'actualitat.

En tot moment, Solé i Sabaté va destacar la importància del compromís personal i individual de cadascú, la rellevància no només de la llengua, sinó també de la cultura, de viure els seus símbols i les

seves tradicions com aspecte social i col·lectiu.

Finalment, va posar de relleu la necessitat de reaccionar amb fermesa davant de les ingerències polítiques que rep Catalunya, des de l'escola, la universitat, en l'esport i en qualsevol

La trobada va finalitzar amb diverses preguntes i reflexions del públic assistent.

La darrera sessió d'aquest primer cicle, serà el dimecres 15 de maig, i anirà a càrrec d'Anna Pallí Güell, enginyera



altre àmbit social, posant de relleu la importància de ser conscients, de tenir la voluntat de ser com som.

agrònoma, i portarà per títol "El futur de l'alimentació: transformació sostenible dels sistemes alimentaris."

Desaparegudes dues germanes bessones menors a Sant Feliu de Codines

Aquest dilluns 22 d'abril, els Mossos d'Esquadra han informat a través de xarxes socials de la desaparició de dues germanes bessones menors a Sant Feliu de Codines.

La Sara i la Sulaminta van desaparèixer el 19 de març.

Les dues germanes fan 1,5 metres d'alçada i en el moment de la desaparició portaven pantalons llargs i dues jaquetes de color negre.

Els Mossos han demanat col·laboració ciutadana per intentar localitzar-les.





12M 2024

Eleccions al Parlament de Catalunya



VOT PER CORREU

Fins al 2 de maig



Oficina
de Correus



Web
correos.es

**Si desitges votar per correu,
ho has de sol·licitar.**

Pots fer-ho presencialment a qualsevol
oficina de Correus o per via telemàtica,
amb certificat electrònic reconegut, a
través del web **correos.es**

Es celebra una Oncodines Trail de rècord

La quarta edició del repte esportiu i solidari OnCodines Trail, que s'ha celebrat el dissabte 13 d'abril ha batut tots els rècords: 227 equips, més de 1.200 participants, gairebé 300 voluntaris i un marcador provisional de 181.024 euros contra el càncer, que es pot engreixar al llarg de les properes dues setmanes amb donatius al web www.oncodinestrail.cat o al Bizum de causes solidàries 09419.

Els organitzadors (el Centre Excursionista Sant Feliu i el Club Atlètic Sant Feliu) s'havien marcat per aquesta edició un doble objectiu, l'anomenat "objectiu200": assolir la xifra dels 200 equips inscrits i fregar els 200.000 euros de recaptació contra el càncer que es destinen íntegrament a la Fundació Oncovallès, el BBHI de la Fundació Guttmann i la Fundació d'oncologia infantil Enriqueta Vilavecchia.

El primer objectiu es va assolir al gener i, després de poder acceptar equips de la llista d'espera, s'ha arribat als 227 equips (d'entre 4 i 6 persones) que han participat en el repte d'aquest dissabte tot recurrent, per equips i fent relleus, 45, 64 o 81 quilòmetres en els recorreguts S, M i L en un ambient totalment festiu. Unes xifres que consoliden l'OnCodines com una de les cites solidàries destacades del calendari català amb la gairebé un centenar d'equips més que l'edició de 2023 (139 equips) i més del doble que el 2022 (83 equips). Dels 227 equips participants, 122 ho han fet en el traçat S; 82 en la M i 23 a la L. La cita s'ha desenvolupat sense incidents tot i la intensa calor que ha fet que els participants haguessin de fer un esforç extra, especialment en les etapes de migdia.

L'essència de la prova es manté intacta des del primer dia amb un doble objectiu per part dels equips participants: d'una banda, completar el recorregut caminant o corrent per equips tot fent relleus i de l'altra, aconseguir el donatiu mínim per equip que es destina íntegrament a les tres entitats beneficiàries. Una mostra de la consolidació de la prova és la procedència dels equips que ja va molt més enllà dels municipis de les quatre comarques implicades i ha sumat

equips de les demarcacions de Girona i Tarragona i, fins i tot, dos equips del País Valencià i un de Mallorca.

L'OnCodines ha tingut com a punt de sortida la plaça Miquel Bosch de Bigues i Riells del Fai i l'arribada a la plaça de Sant Feliu de Codines on s'ha viscut un ambient festiu des d'hores abans de

A més, darrere de cada equip hi ha una història i això fa que quilòmetre a quilòmetre es visquin moltes escenes emotives.

La padrina del repte, l'atleta cega Maria Petit, ha participat de l'OnCodines Trail amb l'equip oficial OnCodines que l'organització cada any fa amb persones vinculades a l'organització.



l'arribada dels primers equips. El bon ambient ha estat una constant al llarg de tots els recorreguts, que trepitgen 11 dels 14 municipis que donen suport a l'OnCodines, de les comarques del Vallès Oriental, Moianès, Osona i el Vallès Occidental.

Entre la sortida dels primers equips a les 8 en punt del matí i l'arribada del darrer a dos quarts d'onze es van viure més de 14 hores de repte esportiu, de solidaritat, d'emocions i de feina compartida.

Els equips poden recórrer el repte tot fent relleus als punts d'avituallament que són també punts d'intercanvi i cada un d'ells s'ha convertit en tota una festa: amb música, discjòqueis o entitats fent animació.

Els anteriors padrins del repte han estat: l'alpinista Sergi Mingote i els atletes Eli Gordón i Pol Makuri.

Un recorregut molt més muntanyós

El canvi de recorregut d'aquesta edició ha fet que les tres modalitats hagin guanyat molt traçat de muntanya amb la suma, per primera vegada, dels pobles de Sant Martí de Centelles (Osona), Castellterçol (Moianès) i Gallifa (Vallès Occidental) se sumen per primera vegada a la prova. Un dels recorreguts ha passat pel Pic del Vent de Caldes de Montbui.

L'OnCodines s'ha tancat amb una botifarrada i música a la plaça Josep Umbert de Sant Feliu de Codines. El marcador definitiu de donatius es coneixerà el divendres 26 d'abril.



CRISTALLERIES CALDES, S.A.
FUSTERIA PVC I ALUMINI

* Mampares bany * Vidres * Llunes * Vidrieres artístiques
- Tot tipus de Mallorquines en alumini i Mosquiteres -

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





L'Ajuntament informa

Exposició "Akellarre" fins al 12 de maig, a la Sala Delger

La Sala Delger acull, del 26 d'abril al 12 de maig de 2024, l'exposició "Akellarre", de Silvia Pitarch, Isa Pitarch i Meritxell Sedó. L'acte d'inauguració de la mostra serà el 26 d'abril de 2024 a les 19.30 h.

Taller familiar "Creem súper llavors"

La Biblioteca organitza el taller familiar "Creem súper llavors" que es farà el 27 d'abril, a les 12 h. L'activitat anirà a càrrec de Creadoras de Bosques i s'adreça a nens i nenes entre 7 i 9 anys.

Arriba una nova edició del Caldestiu

El casal municipal d'estiu i el club jove Caldestiu 2024 es celebra enguany entre el 25 de juny i el 26 de juliol i compta amb un munt d'activitats lúdiques i esportives per a infants i joves de Caldes. Les inscripcions són entre el 2 i el 9 de maig.

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

El Centre de Normalització Lingüística pública de forma mensual un qüestionari lingüístic breu on s'han d'omplir buits, triar opcions i escriure solucions. Per accedir al qüestionari cliqueu a l'enllaç a cpnl.cat.

Llista d'ofertes de feina actualitzades el: 19/04/2024

Núm. Oferta

- 359820 AUX. AT. SOCIOSANITÀRIA (GERIATRIA)
- 359812 AJUDANT/A DE CUINA
- 359551 DEPENDENT/A COMERÇ PÚBLIC ESPECIALITZAT
- 359549 DEPENDENT/A SUPERMERCAT (TORN TARDES)
- 359510 TÈCNIC/A - EDUCADOR/A AMBIENTAL
- 359501 CAMBRER/A (JORNADA PARCIAL TARDES-NIT)
- 359500 OPERARIS/ÀRIES (HABILITATS MANUALS / ESFORÇ FÍSIC)
- 359346 OPERARI/ÀRIA NETEJA CONTENIDORS (SUPLÈNCIA)
- 359345 ADMINISTRATIU/A
- 358944 CUINER/A D'HOTEL
- 358943 UN/A RECEPCIONISTA D'HOTEL
- 358840 TÈCNIC/A DE QUALITAT (CFGM LABORATORI O SIMILAR)
- 357881 MONITOR/A I/O SOCORRISTA AQUÀTIC

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

Formació ocupacional FOAP OFERTA FORMATIVA 2024

Operacions auxiliars d'enregistrament i tractament de dades i documents

- DURADA:** 400 hores + 80 hores de pràctiques en empresa
- INICI:** Previsió d'inici 15 d'abril 2024
- REQUISITS D'ACCÉS:** Ofimàtica nivell mig, expressió oral i escrita en català.
- CERTIFICAT DE PROFESSIONALITAT DE NIVELL 1**

INFORMACIÓ I INSCRIPCIONS:

LA PIQUETA ☎ 93 862 70 25 ✉ pfo@caldesdemontbui.cat



Formació ocupacional FOAP OFERTA FORMATIVA 2024

Anglès Nivell A2

- DURADA:** 220 hores
- INICI:** Previsió d'inici 29 d'abril 2024
- REQUISITS D'ACCÉS:** A1 d'anglès acreditat i/o superació d'una prova de nivell
- DIPLOMA D'ASSISTÈNCIA I APROFITAMENT**

INFORMACIÓ I INSCRIPCIONS:

LA PIQUETA ☎ 93 862 70 25 ✉ pfo@caldesdemontbui.cat



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



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

Prevenir i combatre el dolor muscular

Combatre i prevenir el dolor muscular és fonamental per mantenir un estil de vida actiu i saludable. Ja sigui que el dolor sigui causat per l'exercici intens, la tensió acumulada o una lesió, existeixen diverses estratègies efectives per a alleujar el malestar i evitar que torni a ocórrer.

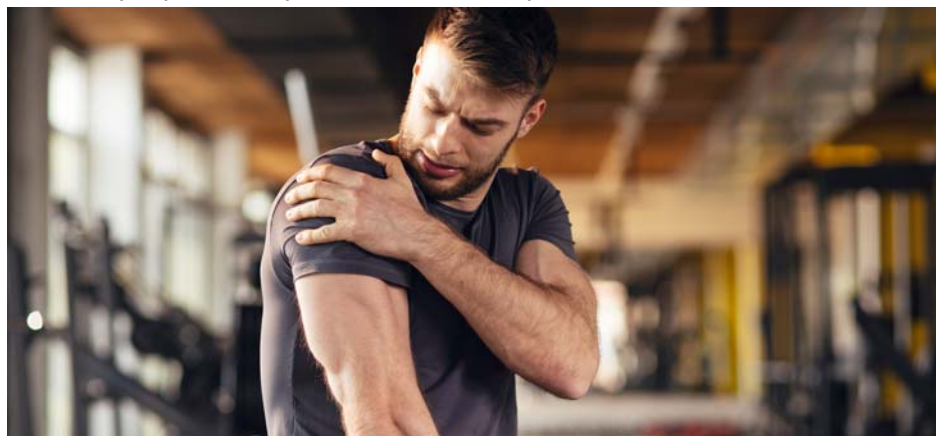
Prevenir el dolor muscular

Realitza un escalfament adequat abans de qualsevol activitat física per preparar els músculs i reduir el risc de lesions. Inclou exercicis d'estirament dinàmic i moviments similars als que duràs a terme durant l'activitat principal.

Així mateix, incrementa gradualment la intensitat i la durada dels teus entrenaments per permetre que els músculs s'adaptin i s'enforteixin de manera segura.

Hidrata't abans, durant i després de l'exercici per ajudar a prevenir les enrampades musculars i reduir el risc de lesions.

Finalment assegura't de donar-li al teu cos suficient temps per a recuperar-se entre sessions d'exercici intens. Programa dies de descans actiu o de baixa intensitat per permetre que els músculs es reparin.



Combatre el dolor muscular

L'aplicació de calor pot ajudar a relaxar els músculs tibants i reduir el dolor. Usa un coixinet tèrmic, una ampolla d'aigua calenta o presa un bany calent per alleujar el malestar.

Així mateix, els massatges i els estiraments suaus poden ser molt efectius per a alleujar la tensió muscular i millorar la circulació sanguínia.

Consells per combatre el jet-lag

El fet de combatre el jet-lag pot resultar desafiador, però amb les estratègies adequades, pots minimitzar els seus efectes i adaptar-te més ràpidament a un nou horari.

Ajusta el teu horari abans de viatjar: Si és possible, tracta d'ajustar gradualment el teu horari de somni uns dies abans del teu viatge.

Descansa bé abans del vol: Assegura't de descansar adequadament abans del

teu vol, especialment si saps que tindràs dificultats per a dormir durant el viatge.

Hidrata't: Beu suficient aigua abans, durant i després del vol per a mantenir-te hidratat/da. Evita l'alcohol i la cafeïna, ja que poden contribuir a la deshidratació i afectar la teva capacitat per a adaptar-te al nou horari.

Exposició a la llum: L'exposició a la llum natural pot ajudar a sincronitzar el teu

rellotge intern amb el nou horari. Intenta passar temps a l'aire lliure durant el dia, especialment en les hores de llum natural, per a ajudar a ajustar el teu cicle de somni-vigília.

Fes migdiades: Si arribes al teu destí durant el dia i estàs esgotat/da, pots prendre una migdiada curta per a recarregar energies. No obstant això, tracta de limitar la migdiada a no més de 20-30 minuts per a evitar interferir amb la teva capacitat per a dormir a la nit.

Remeis casolans per reduir la febre

La febre és un símptoma comú d'infeccions i altres malalties, i sovint és una indicació que el nostre cos està lluitant contra alguna mena de patògen. Quan la temperatura corporal s'enlaira, és important tractar-la adequadament per evitar complicacions. Tot i que els medicaments farmacèutics són efectius, moltes persones recorren als remeis casolans per reduir la febre, una pràctica que ha perdurat durant segles. Aquests remeis ofereixen una alternativa natural i, en alguns casos, poden ser igualment eficaços.

La natura ofereix una àmplia gamma de substàncies amb propietats febrífugues, és a dir, que ajuden a baixar la febre. Algunes plantes i aliments contenen compostos que poden tenir aquest efecte.

Alguns dels remeis casolans més populars i efectius per reduir la febre, són:

Infusions de Til·la o Camamilla:

Són remeis populars per reduir la febre i promoure la relaxació. Les propietats antiinflamatòries i calmants d'aquestes herbes poden ajudar a disminuir la temperatura corporal i alleujar els símptomes associats amb la febre.

Compreses d'Aigua Fresca:

Remulleu un drap en aigua freda i col·loqueu-lo sobre el front, els malucs i les axil·les del pacient. Aquesta tècnica pot ajudar a refrescar el cos i reduir la temperatura corporal.



Hidratació Adequada:

Beure abundants fluids és crucial quan es pateix de febre. Mantenir-se hidratat ajuda a combatre la deshidratació, que pot agreujar els símptomes de la febre. Aigua, succhs naturals i infusions de fruites són opcions ideals per mantenir un bon nivell d'hidratació.

Bany Amb Aigua Temperada:

Pot ajudar a reduir la febre de manera eficaç. Ompliu una banyera amb aigua tèbia (no freda) i submergeixi el cos durant uns 15-20 minuts. Aquesta tècnica pot ajudar a refrescar el cos i disminuir la temperatura corporal.

Consum de Cítrics:

Els cítrics com la taronja, la llimona i la mandarina són rics en vitamina C i altres nutrients que poden ajudar a reforçar el sistema immunitari i combatre la febre. Beure suc de taronja fresc o llimonada pot ser beneficiós per reduir la febre. 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@clinicamoraless.net | www.clinicamoraless.net

FARMÀCIA FONT DEL LLEÓ

NOU HORARI
 9h-20h
 de dilluns a divendres
 Dissabtes
 de 9h a 13:30h

 [farmacia_font_lleo](https://www.instagram.com/farmacia_font_lleo)
 625.771.356

Forn 7, 08140, Caldes de Montbui

TOT Caldes

busca'ns a

Instagram



Les olles de pressió: la cuina eficient del segle XXI

Les olles de pressió s'han convertit en una eina indispensable per a molts cuiners aficionats i professionals. A primera vista, podrien semblar una relíquia del passat, però la veritat, és que les olles de pressió ofereixen una sèrie d'avantatges que fan que siguin una elecció intel·ligent per a qualsevol cuina moderna.

En primer lloc, les olles de pressió redueixen significativament el temps de cocció. Aquest dispositiu utilitza la pressió per augmentar la temperatura de l'aigua, fent que els aliments es cuinin molt més ràpidament que en una olla convencional.

Això és particularment útil en un món on el temps és un recurs cada cop més escàs.

Amb una olla de pressió, pots preparar àpats deliciosos i nutritius en una fracció del temps que trigaries amb altres mètodes de cocció.

A més de ser ràpides, les olles de pressió també són eficients energèticament. Com que redueixen el temps de cocció, consumeixen menys energia en comparació amb altres mètodes de cocció prolongats. Això no només és bo per al teu pressupost, sinó també per al medi ambient. Reduir el consum d'energia significa disminuir la nostra empremta de carboni i contribuir a la sostenibilitat del planeta.

Un altre avantatge de les olles de pressió és que conserven millor els nutrients dels aliments.

Gràcies al seu mètode de cocció ràpid, els aliments mantenen millor les seves propietats nutricionals.

Això vol dir que els teus plats seran més saludables i saborosos, ja que els nutrients es conserven en el seu interior en lloc de perdre's durant una cocció llarga i lenta.

A més, les olles de pressió són extremadament versàtils. Pots utilitzar-les per cuinar tota mena d'aliments, des de llegums fins a carn, peix i verdures. A més, moltes olles de pressió venen amb accessoris addicionals, com a vaporeres, que et permeten expandir encara més les teves opcions culinàries.

Ja sigui que vulguis fer un guisat reconfortant, un arròs deliciós o fins i tot un pastís suculent, una olla de pressió és la teva millor aliada a la cuina. EVA REMOLINA



RESTAURANTE CHINO
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



Presats
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.namadrona.com **938 626 831 - 662 477 727**
c/ Canal, 8 - Caldes de Montbui



agrobotiga
CALDES DE MONTBUI

Av. Pi i Margall, 138
Caldes de Montbui

agrobotiga@agrivaldes.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

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

Es busca renta plats i ajudant de cuina pels caps de setmana 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



Petits anuncis GRANS RESULTATS

totcaldes@revistatotcaldes.com
Tel. 93 865 17 21

Reflexions

Comunicació

Un dels grans canvis de la nostra època és sense cap dubte el "boom" de les telecomunicacions. Els que tenen més de cinquanta anys segurament recordaran la primera vegada que van trucar per un telèfon fix, després per un mòbil i en acabat potser per Internet. Els homes mai havien tingut a la seva disposició tants mitjans per comunicar-se; i gràcies a ells la informació circula per tot el món. Els contactes i les xarxes es multipliquen sense importar la distància. Aquesta profusió d'informacions pot envair les nostres vides fent-nos córrer el risc d'oblidar l'essencial, d'oblidar a Déu.

Què fem amb els missatges que Déu ens comunica? Ell ens parla mitjançant la creació, la qual ha deixat a les nostres mans perquè l'administrem. També ens va parlar mitjançant Jesucrist, que va venir a la terra. I ens transmet els seus pensaments en la seva Paraula, la Bíblia, la qual ens dona a conèixer la nostra situació respecte a Déu, qui desitja establir un contacte personal amb cadascun; aquest contacte només pot establir-se mitjançant Jesucrist, l'únic mitjancer entre Déu i els homes.

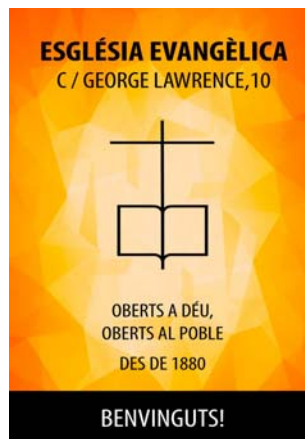
Atenguem el missatge de Déu transmès per la seva Paraula, ja que el nostre futur etern depèn d'això. Que tinguis un feliç dia!

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.



ESGLÉSIA EVANGÈLICA
C/ GEORGE LAWRENCE, 10

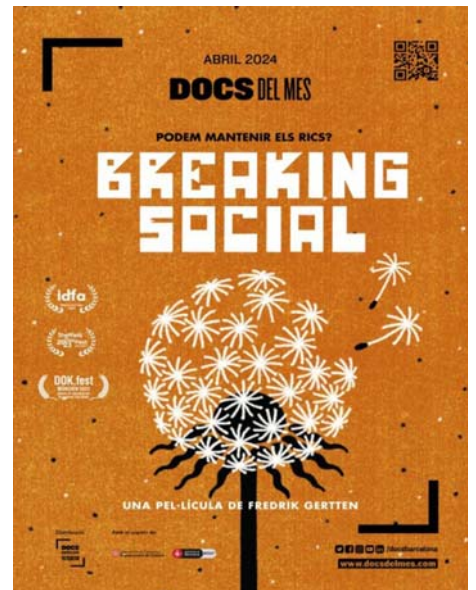
OBERTS A DÉU,
OBERTS AL POBLE
DES DE 1880

BENVINGUTS!

El Documental del mes d'abril de la Biblioteca és "Breaking Social. Podem mantenir els rics?"

El documental del mes d'abril és "Breaking Social. Podem mantenir els rics?".

Es projectarà el dimarts 30 d'abril, a les 18.30 hores a la Biblioteca municipal, i entre totes les persones assistents es sortejarà el cartell del documental.



ABRIL 2024
DOCS DEL MES

PODEM MANTENIR ELS RICS?

BREAKING SOCIAL

UNA PEL·LÍCULA DE FREDRIK GERTTEN

L'objectiu d'aquesta proposta és apropar el gènere documental d'alta qualitat a la ciutadania. La projecció serà gratuïta i l'accés lliure fins a omplir l'aforament.



cingles

SI ETS DE
L'ELECTRA, tens

un 5%
de descompte
en la fibra
de Cingles

☎ 900 181 776 | cinglescomunicacions.com